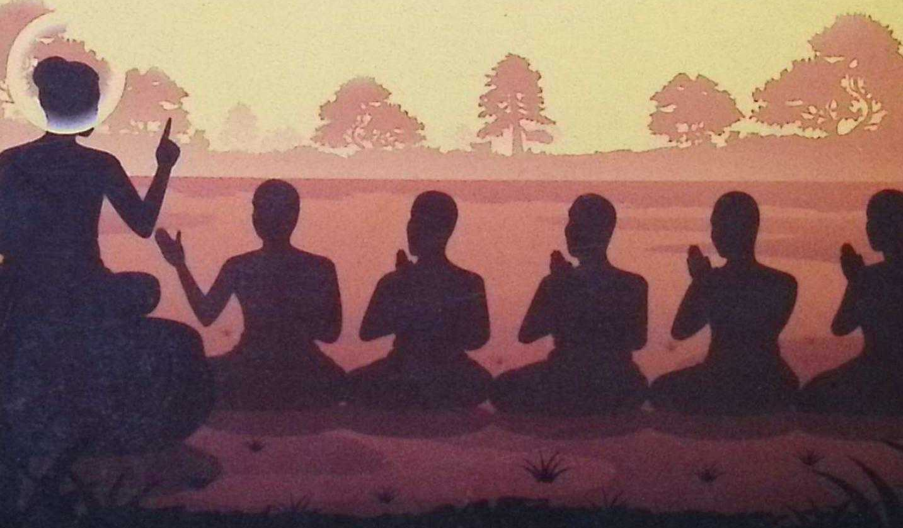
भगवान बुद्धको विश्व प्रशिद्ध प्रथम धर्म प्रवचन

धर्मचक्र प्रवर्तन सुत्त

निर्वाणपश्चात् भगवान् बुद्धको प्रथम धर्म देशनाको व्याख्या र
धर्मचक्र प्रवर्तन साधनाको चरणवद्ध साधनाविधि सहित



डा. मुरली अधिकारी

भगवान् बुद्धको विश्व प्रशिद्ध प्रथम धर्म प्रवचन

धर्मचक्र प्रवर्तन सुत्त

(निर्वाणपश्चात् भगवान् बुद्धको प्रथम धर्म देशनाको व्याख्या र धर्मचक्र प्रवर्तन साधनाको चरणवद्ध साधनाविधि सहित)

डा. मुरली अधिकारी



भगवान् बुद्धको विश्वप्रसिद्ध निर्वाण वा मोक्ष साधनाविधि
लेखक : डा. मुरली अधिकारी
विधा : दर्शन
प्रकाशक : शिखा बुक्स
shikhabooks@gmail.com
वितरक : ज्ञानज्योति बुक्स पब्लिकेशन प्रा. लि.
अद्वैतमार्ग, बागबजार,
०१-४२४००६०, ४२५३०२८
publicationgyanjyoti@gmail.com
पहिलो : २०७९
सर्वाधिकार : लेखकमा
लेआउट : बाबु महर्जन
मूल्य रू. : ३७५/-
ISBN : 9789937780131

धर्मचक्र प्रवर्तन सुत्त

प्राक्कथन

यो जगत्का प्रत्येक मानिस (वा तपाईं) मा बुद्धत्वको सम्भावना छिपेको छ। भगवान् बुद्धले व्याख्या गर्नुभए झैं शाश्वत, इन्द्रियातीत, लोक (देह) अनाश्रितनिर्वाणको सम्भावना पनि छिपेको छ। स्वयम्मा धर्मचक्र वा निर्वाण चक्र उत्पन्न गर्न समर्थ भए यी सम्पूर्ण प्राप्तिहरू वर्तमान जीवनमा नै सम्भव पनि छन्। तर स्वयम्मा धर्मचक्र कसरी उत्पन्न गर्न सकिन्छ ? वा स्वयम्मा धर्मचक्र उत्पन्न गर्ने सत्य साधना विधि के हो ? यो साधना मार्ग बुझ्न वा पहिल्याउन अत्यन्त दुरुह छ।

सत्य निर्वाण साधना मार्ग पहिल्याउन यति दुरुह छ कि यो साधनामार्ग पहिल्याउन नै असमर्थ भई स्वयम् भगवान् बुद्धजस्तो अनेकन जन्मदेखि पारमिता (आध्यात्मिक सम्पदा) हरू सङ्गृहीत, जगत् विषयहरूबाट पूर्ण वैराग्य प्राप्त, अत्यन्त उच्च श्रेणीको साधकले पनि झन्डै छ वर्षसम्म अनेकन् सङ्घर्षहरू झेल्नुपरेको छ। मृत्युको समीपमा पुग्नुपरेको छ। विगत र वर्तमानमा असङ्ख्य मोक्ष अभिलाषी साधकहरू पनि मिथ्या साधनाका अनेकन् भ्रम, द्विविधा, कल्पना, सङ्घर्ष आदिमा फसेर जीवन र समयको बर्बादी गर्नुपरेको छ। स्वयम्मा धर्मचक्र उत्पन्न गर्ने साधना विधि बुझ्न असमर्थ भएका कारण नै यो जगत्का मानिसहरूलाई जन्मजन्मान्तरदेखि दुःखचक्र, लोकचक्र, भवचक्र (पुर्नजन्म) प्राप्त पनि भइरहेको छ।

धर्मचक्र प्रर्वतन सुत्त भगवान् बुद्धको प्रथम धर्म देशना (उपदेश) हो। यो सुत्त झन्डै छ वर्षसम्मको स्वयम्को असफल निर्वाण साधना संघर्षपश्चात्

भगवान्‌ले पहिल्याउनु भएको मध्यमार्गी निर्वाण साधना मार्गको व्याख्या हो। धर्मचक्र प्रवर्तन सुत्तमा भगवान्‌ले मानिसमा छिपेका चार सत्य (दुःख सत्य, दुःख समुदाय सत्य, निरोध वा निर्वाण सत्य, मार्ग सत्य) माथि साधना गरी कसरी धम्म वा प्रकृतिका शाश्वत नियमहरूलाई निर्वाणको पक्षमा क्रियाशील गराउँदै स्वयम्‌मा धर्मचक्र उत्पन्न गर्न सकिन्छ ? भन्ने साधना विधिको व्याख्या गर्नुभएको छ।

यो जगत्‌मा भगवान् कृष्ण, शिव, जिससक्राइस्ट, अनेकन् प्राचीन महर्षिहरू, रमणमहर्षि, साइबाबा, रामकृष्ण परमहंस आदिदेखि लिएर वर्तमान समयमा पनि विवेकानन्द, जे. कृष्ण मूर्ति, ओशो, अरविन्द आदिले पनि मोक्षसाधना विधिहरूको व्याख्या गरेका छन्। तर यी सम्पूर्ण आध्यात्मिक गुरुहरूले निर्वाण साधनाका विविध पक्षहरूका बारेमा अनेकन् व्याख्याहरू गरे पनि निर्वाणको केन्द्रमा रहेको 'सत्य साधना विधि'को सरल, स्पष्ट, पूर्ण व्याख्या गरेका छैनन्। वा निर्वाण साधना विधिको अर्मूत, वहुअर्थी, अप्रत्यक्ष, अस्पष्ट, आंशिक, साङ्केतिक व्याख्या गरेका छन्। मूलतः यही कारण निर्वाण अभिलाषी साधकहरूले निर्वाण साधनाका अनेकन् सैद्धान्तिक ज्ञान (जानकारी) हरू सङ्ग्रह गरे पनि मूल साधना विधिसँग नै परिचित नभएकाले निर्वाण वा आध्यात्मिक रूपान्तरको परम अनुभूतिहरूलाई प्राप्त गर्न असमर्थ रही साधना सङ्घर्षहरूमा फसिरहेका छन्।

यसरी यो जगत्‌मा निर्वाणभिलाषी साधकहरू अनेकन मिथ्यासाधनाहरूमा फसिरहेको यो भयावह स्थितिमा भगवान् बुद्धले धर्मचक्र प्रवर्तन सुत्तमा निर्वाण साधना विधिलाई अत्यन्त सरल, सहज, प्रामाणिक रूपमा व्याख्या गर्नुभएको छ। अनेकन बाह्य पक्षहरूको व्याख्यामा व्यर्थ समय नफालीकन भगवान्‌ले साधना विधिलाई नै केन्द्रमा राखेर जुन सरलता, गहनता, सूक्ष्मता र चरणबद्धरूपमा निर्वाण साधना विधिको व्याख्या धर्मचक्र प्रवर्तन सुत्त र त्रिपिटकका अन्य निर्वाण सुत्तहरूमा गर्नुभएको छ। यो स्पष्टता यो जगत् का अन्य कुनै आध्यात्मिक गुरुहरू वा मोक्ष शास्त्रहरूमा देख्न सकिँदैन। यसर्थ सत्य मोक्ष साधना विधिको व्याख्याका दृष्टिले भगवान्‌को यो जगत् मा अतुलनीय, असाधारण र अद्वितीय स्थान रहेको छ।

म निर्वाण अभिलाषी साधक हुँ। १५ वर्षभन्दा बढी समयदेखि म अनेकन् प्रकारका आध्यात्मिक साधनाहरूमा साधनारत छु। साधनाका

यी १५ वर्षमध्ये झन्डै १० वर्षसम्म म स्वयम् पनि अनेकन् प्रकारका आंशिक, अपूर्ण, भ्रामक, मिथ्या, सतही साधनाहरूमा अर्थपूर्ण आन्तरिक आध्यात्मिक प्रगति प्राप्त गर्न असमर्थ रही मात्र बाह्य बौद्धिक ज्ञान सङ्ग्रहरूपी आवरणीय आध्यात्मिकतामा अल्झिरहें। जब पाँच वर्ष अगाडि मैले विपश्यना साधना प्रारम्भ गरें, जब मैले यो साधनालाई निरन्तरता दिएँ, यो साधनाबाट मैले जुन आन्तरिक आध्यात्मिक रूपान्तरणको अनुभूतिहरू प्राप्त गरें, तत्पश्चात म भगवान् बुद्धप्रति आर्कषित भएँ। भगवान् बुद्धका वचनसङ्ग्रह त्रिपिटकप्रति आर्कषित भएँ। त्रिपिटकका निर्वाणसँग अनेकन् जोडिएका सुत्तहरूको खोजी र अध्ययन गर्न थालें। त्रिपिटकका अनेकन् सुत्तहरूमा मध्यान्हको घाम झैं छर्लङ्ग हुने गरी जसरी भगवान्ले मोक्ष साधना विधिको व्याख्या गर्नु भएको पाएँ, त्यसबाट म अत्यन्त प्रभावित हुन पुगें।

भगवान् बुद्धबाट प्रभावित भएपश्चात् जब मैले बजारमा भगवान्का निर्वाणसँग जोडिएका सुत्तहरू खोजें, मैले भगवान्को प्रथम धर्म प्रवचन धर्मचक्र प्रवर्तन सुत्तको साधारण भाषा अनुवाद प्राप्त गरे पनि भगवान्को प्रथम धर्म देशनाको गहन व्याख्या गरिएका पुस्तकहरू प्राप्त गर्न असमर्थ रहें। नेपाल आमाका पुत्र, जगत् प्रसिद्ध मोक्ष शास्ता (गुरु), धरतीमा विरलै जन्मने सम्यक सम्बुद्धको प्रथम धर्म देशनाका बारेमा गहन व्याख्या गरिएको एउटा पनि पुस्तक प्राप्त गर्न असमर्थ रहँदा म दुःखित पनि भएँ।

स्वयम् भगवान् जन्मिनुभएको देश जहाँ बुद्ध धर्म उत्थानका लागि कैयन् धार्मिक संस्थाहरू, शैक्षिक संस्थाहरू, विद्वान् गुरुहरू उपस्थित हुनुहुन्छ। यो पावन पवित्र भूमिमा बुद्ध जीवन, बुद्ध दर्शन, बुद्धका अनेकन् शिक्षाहरूको चर्चा हुनु तर भगवान् बुद्धले यो जगत्लाई प्रदान गर्नुभएको धर्मचक्र प्रर्वतन सुत्त, महासतिपट्ठान सुत्त आदि जस्ता मूल मोक्ष शास्त्रहरूको गहन व्याख्या नहुनाले मलाई धर्मचक्र प्रवर्तन सुत्तमाथि भाव व्याख्या लेख्न प्रेरित गऱ्यो।

अन्ततः मैले स्वयम्को ५ वर्षको विपश्यना साधनाको अनुभव, त्रिपिटकका अन्य सुत्तहरूमा भगवान्ले व्याख्या गर्नुभएको निर्वाण साधना विधिहरूको व्याख्या र अन्य सहयोगी सामग्रीहरूको सहयोगमा धर्मचक्र प्रर्वतन सुत्तको भाषानुवाद, भावानुवाद र साधना विधिको व्याख्या गर्ने प्रयास गरेको छु। मेरो प्रयास मूलतः निर्वाण अभिलाषी साधकहरूलाई भगवान्ले धर्मचक्र प्रर्वतन सुत्तमा प्रकाश पार्नुभएको चार आर्य सत्य, चार आर्य सत्यका बाह्र

आवृत्तिहरू र आर्य अष्टाङ्ग साधना मार्गसँग परिचित गराई स्वयम्मा धर्मचक्र उत्पन्न गर्ने साधना विधिमाथि प्रकाश पार्नु वा परिचित गराउनु हो। यदि यो पुस्तक अध्ययनका कारण साधकहरूले भगवान्ले प्रकाश पार्नुभएको सत्य निर्वाण साधना मार्गलाई बुझेर यो मार्गमा विचरण गरी स्वयम्मा धर्मचक्र उत्पन्न गर्न सक्षम हुनुभयो भने म स्वयम्को यो सानो प्रयास सफल भएको ठान्ने छु।

धर्मचक्र प्रर्वतन भगवान्को वचन हो। यो भगवान्ले मोक्ष अभिलाषी साधकहरूलाई प्रदान गर्नुभएको सत्य निर्वाण साधना विद्या हो। यो मेरो मौलिक रचना होइन। यसर्थ, म सर्वप्रथम यो जगत्का अर्पूव मोक्ष शास्ता जसले यो असाधारण निर्वाण साधना विद्या साधकहरूलाई प्रदान गर्नुभएको छ, म ती महान् शास्ताप्रति कृतज्ञता टक्र्याउन चाहन्छु।

अध्ययन, अनुसन्धान, लेखन, साधना आदि कार्यहरू झट्ट सुन्दा साधारण झैं प्रतीत भए पनि यी कार्यहरूका लागि प्रशस्त समय चाहिन्छ। गृहस्थ जीवनको प्रमुख पात्रका रूपमा घरका सम्पूर्ण जिम्मेवारीलाई पूर्ण रूपमा वहन गरी अमेरिकाजस्तो व्यस्त मुलुकमा अध्ययन, साधना, अनुसन्धान, लेखन आदिका लागि समय निकाल्न मलाई असम्भवप्रायः छ। यो जटिल स्थितिमा गृहस्थका सम्पूर्ण जिम्मेवारी ग्रहण गरी मलाई यो पावन कर्मलाई सम्पादन गर्न समय, सहयोग, प्रेरणा प्रदान गर्ने मेरी जीवनसाथी डा. लक्ष्मी पौडेलप्रति म आभारी छु। मेरा स्वर्गीय पिताले अत्यन्त दुःख गरेर शिक्षाको उज्यालो प्रदान गर्नुभएकाले नै मैले भगवान् बुद्धका असाधारण कृतिहरूसँग परिचित हुने सौभाग्य प्राप्त गरेँ। यसर्थ म स्वर्गीय पिताको अतुलनीय योगदानप्रति पनि सदैव ऋणी छु। यो पुस्तक लेखनका क्रममा आमाको आशीर्वाद, परिवारका सदस्यहरू र मित्रहरूबाट प्राप्त गरेको सहयोग, भाषा सम्पादनमा विद्वान् दाइ कमल रिजालले गर्नुभएको सहयोग एवम् सदाशयताप्रति पनि म सदा आभारी र ऋणी रहने छु।

मुरली अधिकारी
सत्य मोक्षसाधना केन्द्र, डलास, टेक्सास, अमेरिका
सत्य मोक्षसाधना आश्रम (प्रस्तावित) रामपुर, चितवन, नेपाल

● विषय सूची

अध्याय : एक

धर्मचक्र प्रवर्तन सुत्त प्रवेश

१.१. धर्मचक्र प्रवर्तन सुत्त भाषानुवाद

"एवं मे सुत्तं- एकं समयं भगवा बाराणसियं विहरति इसिपतने मिगदाये । तत्र खो भगवा पञ्चवग्गिये भिक्खू आमन्तेसि :-"

मैले यस्तो सुनें । एक समय भगवान् वाराणसीको ऋषिपतन मृगदायमा विहार गर्नुहुन्थ्यो । त्यहाँ भगवान्ले पञ्चवर्गीय भिक्षुहरूलाई आमन्त्रण गर्नुभयो । सम्बोधन गर्दै भन्नुभयो-

"द्वे मे, भिक्खवे, अन्ता पब्बजितेन न सेवितब्बा ।"

हे भिक्षुहरू! यी दुई अति (विषम स्थिति) लाई प्रजवित (निर्वाण प्राप्तिका लागि गृहस्थी त्याग गर्ने साधक) ले सेवन गर्नुहुँदैन ।

"कतमे द्वे ?"

कुन दुई ?

"योचायं कामेसु कामसुखल्लिकानुयोगो, हीनो गम्मो पोथुज्जनिको अनरियो अनत्थ संहितो । योचायं अत्तकिलमथानुयोगो दुक्खो अनरियो अनत्थ संहितो ।"

एक यो जून हीन, ग्रामीण (मूढ), पृथक (धर्ममार्ग विमुख) जन, अनार्य (सांसारिक व्यक्ति) सेवित, अनर्थले युक्त कामवासना वा काम सुखमा लिप्त हुनु हो । दोस्रो–दुःखमय, अनार्य सेवित, अनर्थले युक्त कायक्लेश (देहपीडा) मा लाग्नु हो ।

"एते खो, भिक्खवे, उभो अन्ते अनुपगम्म मज्झिमा पटिपदा तथागतेन अभिसम्बुद्धा । चक्खुकरणी ञाणकरणी उपसमाय अभिञाय सम्बोधाय निब्बानाय संवत्तति"।





भिक्षुहरू! यी दुई अतिमा नगएर तथागतले मध्यमार्ग पहिल्याउनुभएको छ, जसले चक्षु प्रदान गर्दछ, ज्ञान प्रदान गर्दछ, जो उपशमन (शान्तिका लागि), अभिज्ञ (सर्वज्ञ) हुनका लागि, सम्बोधि (परम ज्ञान) का लागि निर्वाणको हो ।

"कतमा च सा, भिक्खवे मज्झिमा पटिपदा तथागतेन अभिसम्बुद्धा, चक्खुकरणी, ञाणकरणी उपसमाय अभिञ्ञाय सम्बोधाय निब्बानाय संवत्तति ?"

तथागतले त्यस्तो कुन मध्यमार्ग पहिल्याउनु भएको छ ? जसले चक्षु प्रदान गर्दछ, ज्ञान प्रदान गर्दछ, जो उपशमनका लागि, अभिज्ञ हुनका लागि, सम्बोधिका लागि, निवार्णको लागि हो ?

"अयमेव अरियो अठङ्गिको मग्गो, सेय्यथिदं- सम्मादिर्टि, सम्मासक्कप्पो सम्मावाचा, सम्माकम्मन्तो सम्माआजीवो, सम्मावायामो, सम्मासति, सम्मासमाधि ।"

यो त्यही आर्य अष्टाङ्गमार्ग हो, जुन यस प्रकार छः सम्यक दृष्टि, सम्यक सङ्कल्प, सम्यक वचन, सम्यक कर्म, सम्यक जिविका, सम्यक व्यायाम, सम्यक स्मृति र सम्यक समाधि ।

"अयं खो सा, भिक्खवे, मज्झिमा पटिपदा तथागतेन अभिसम्बुद्धा चक्खुकरणी ञाणकरणी उपसमाय अभिञ्ञाय सम्बोधाय निब्बानाय संवत्तति ।"

यहि हो भिक्षुगण! त्यो मध्यमार्ग जुन चक्षु प्रदान गर्ने, ज्ञान प्रदान गर्ने, उपशमनका लागि, अभिज्ञ हुनका लागि, सम्बोधिका लागि र निर्वाणका लागि हो ।

दुःख आर्य सत्य

"इदं खो पन, भिक्खवे, दुक्खं अरियसच्चं- जातिपि दुक्खा, जरापि दुक्खा, ब्याधिपि दुक्खो, मरणम्पि दुक्खं, अप्पियेहि सम्पयोगो दुक्खो, पियेहि विप्पयोगो दुक्खो, यम्पिच्छं न लभति तम्पि दुक्खं- संखित्तेन पञ्चुपादानक्खन्धापि दुक्खा ।"

भिक्षुहरू! यो हो दुःख आर्यसत्य-जन्म पनि दुःख हो, वृद्धावस्था पनि दुःख हो, रोग पनि दुःख हो, मृत्यु पनि दुःख हो, अप्रियसँगको संयोग पनि दुःख हो, प्रियसँगको बिछोड पनि दुःख हो, इच्छितवस्तु प्राप्त नहुनु पनि दुःख हो। सङ्क्षेपमा पाँच उपादान स्कन्ध (रूप, विज्ञान, संज्ञा, वेदना, संस्कार) नै दुःख हो।

दुःख समुदय आर्य सत्य

"इदं खो पन, भिक्खवे, दुक्खसमुदयं अरियसच्चं- यायं तण्हा पोनोभविका नन्दिराग सहगता त्रतत्राभिनन्दिनी, सेय्यथिदं कामतण्हा, भवतण्हा, विभवतण्हा।"

भिक्षुहरू! यो हो दुःख समुदय आर्य-सत्य जो जुन प्रिति र रागसँग जोडिएका, जुनसुकै विषयको अभिनन्दन गर्ने र पटकपटक उत्पन्न हुने तृष्णा छ–जस्तो कामतृष्णा, भवतृष्णा, विभवतृष्णा।

दुःख निरोध आर्य सत्य

"इदं खो पन, भिक्खवे, दुक्खनिरोधं अरियसच्चं- यो तस्सायेव तण्हाय असेस विराग निरोधो चागो पटिनिस्सग्गो मुत्ति अनालयो।"

भिक्षुहरू! यो हो दुःख निरोध आर्य सत्य–जून यो तृष्णाको सर्वथा विराग, निरोध, त्याग, प्रतिनिसर्ग, मुक्ति, अनालय।

दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदा आर्य सत्य

"इदं खो पन, भिक्खवे, दुक्खनिरोधगामिनी पटिपदा अरियसच्चं- अयमेव अरियोअठ्ठङ्गिको मग्गो, सेय्यथिदंसम्मादिठ्ठि सम्मासक्तप्पो सम्मावाचा सम्माकम्मन्तो सम्माआजीवो सम्मावायामो सम्मासति सम्मासमाधि।"

भिक्षुहरू! यो हो दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदा (दुःख निरोधतर्फ जाने मार्ग) आर्यसत्य यहि हो यी जुन आर्य अष्टाङ्गमार्ग, सम्यक दर्शन, सम्यक सङ्कल्प, साम्यक वचन, सम्यक कर्म, सम्यक आजिविका, सम्यक व्यायाम, सम्यक स्मृति र सम्यक समाधि।

आर्य सत्यका तीन आवृत्ति

दुःख आर्य सत्यका तीन आवृत्ति

"इदं दुक्खं अरियसच्चंन्ति मे, भिक्खवे, पुब्बे अननुस्सुतेसु धम्मेसु चक्खुं उदपादि, ञाणं उदपादि, पञ्ञा उदपादि, विज्जा उदपादि, आलोको उदपादि।"



यो दुःख आर्य सत्य हो। भिक्षूहरू! यो पहिले कहिल्यै नसुनिएको धर्ममा चक्षु उत्पन्न भयो, ज्ञान उत्पन्न भयो, प्रज्ञा उत्पन्न भयो, विद्या उत्पन्न भयो, आलोक उत्पन्न भयो।

"तं खो पनिदं दुक्खं अरियसच्चं परिञ्ञेय्यन्ति मे, भिक्खवे, पुब्बे अननुस्सुतेसुधम्मेसु चक्खुं उदपादि, ञाणं उदपादि, पञ्ञा उदपादि, विज्जा उदपादि, आलोको उदपादि।"

यो दुःख आर्य सत्य पूर्णरूपमा जान्न योग्य छ। भिक्षुहरू! यो पहिले कहिल्यै नसुनिएको धर्ममा चक्षु उत्पन्न भयो, ज्ञान उत्पन्न भयो, प्रज्ञा उत्पन्न भयो, विद्या उत्पन्न भयो, आलोक उत्पन्न भयो।

"तं खो पनिदं दुक्खं अरियसच्चं परिञ्ञातन्ति मे, भिक्खवे, पुब्बे अननुस्सुतेसु धम्मेसु चक्खुं उदपादि, ञाणं उदपादि, पञ्ञा उदपादि, विज्जा उदपादि, आलोको उदपादि।"

यो दुःख आर्य सत्य परिपूर्ण ज्ञान भयो। भिक्षुहरू! यो जो पहिले कहिल्यै नसुनिएको धर्ममा चक्षु उत्पन्न भयो, ज्ञान उत्पन्न भयो, प्रज्ञा उत्पन्न भयो, विद्या उत्पन्न भयो, आलोक उत्पन्न भयो।

दुःख समुदय आर्य सत्यका तीन आवृत्ति

"इदं दुक्खसमुदयं अरियसच्चंन्ति मे, भिक्खवे, पुब्बे अननुस्सुतेसु धम्मेसु चक्खुं उदपादि, ञाणं उदपादि, पञ्ञा उदपादि, विज्जा उदपादि, आलोको उदपादि।

यो दुःख समुदय आर्य सत्य हो। भिक्षुहरू! यो कहिल्यै नसुनिएको धर्ममा चक्षु उत्पन्न भयो, ज्ञान उत्पन्न भयो, प्रज्ञा उत्पन्न भयो, विद्या उत्पन्न भयो, आलोक उत्पन्न भयो।

"तं खो पनिदं दुक्खसमुदयं अरियसच्चं पहातब्बन्ति मे, भिक्खवे, पुब्बे अननुस्सुतेसु धम्मेसु चक्खुं उदपादि, ञाणं उदपादि, पञ्ञा उदपादि, विज्जा उदपादि, आलोको उदपादि।"

यो दुःख समुदय आर्य सत्य पूर्णरूपमा छोड्न योग्य छ। भिक्षुहरू! यो पहिले कहिल्यै नसुनिएको धर्ममा चक्षु उत्पन्न भयो, ज्ञान उत्पन्न भयो, प्रज्ञा उत्पन्न भयो, विद्या उत्पन्न भयो, आलोक उत्पन्न भयो।

"तं खो पनिदं दुक्खसमुदयं अरियसच्चं पहीनन्ति मे, भिक्खवे, पुब्बे अननुस्सुतेसु धम्मेसु चक्खुं उदपादि, ञाणं उदपादि, पञ्ञा उदपादि, विज्जा उदपादि, आलोको उदपादि।"

यो दुःख समुदय आर्य सत्य प्रहाण वा नाश भयो। भिक्षुहरू! यो जो पहिले कहिल्यै नसुनिएको धर्ममा चक्षु उत्पन्न भयो, ज्ञान उत्पन्न भयो, प्रज्ञा उत्पन्न भयो, विद्या उत्पन्न भयो, आलोक उत्पन्न भयो।

दुःख निरोध आर्य सत्यका तीन आवृत्ति

"इदं दुक्खनिरोधं अरियसच्चंति मे, भिक्खवे, पुब्बे अननुस्सुतेसु धम्मेसु चक्खुं उदपादि, ञाणं उदपादि, पञ्ञा उदपादि, विज्जा उदपादि, आलोको उदपादि।"

यो दुःख निरोध आर्य सत्य हो। भिक्षुहरू! यो जो पहिले कहिल्यै नसुनिएको धर्ममा चक्षु उत्पन्न भयो, ज्ञान उत्पन्न भयो, प्रज्ञा उत्पन्न भयो, विद्या उत्पन्न भयो। आलोक उत्पन्न भयो।

"तं खो पनिदं दुक्खनिरोधं अरियसच्चं सच्छिक्रातब्बन्ति मे, भिक्खवे, पुब्बे अननुस्सुतेसु धम्मेसु चक्खुं उदपादि, ञाणं उदपादि, पञ्ञा उदपादि, विज्जा उदपादि, आलोको उदपादि।"

यो दुःख निरोध आर्य सत्य साक्षात्कार गर्नुपर्छ। भिक्षुहरू! यो जो पहिले कहिल्यै नसुनिएको धर्ममा चक्षु उत्पन्न भयो, ज्ञान उत्पन्न भयो, प्रज्ञा उत्पन्न भयो, विद्या उत्पन्न भयो, आलोक उत्पन्न भयो।

"तं खो पनिदं दुक्खनिरोधं अरियसच्चं सच्छिकतन्ति मे, भिक्खवे, पुब्बे अननुस्सुतेसु धम्मेसु चक्खुं उदपादि, ञाणं उदपादि, पञ्ञा उदपादि, विज्जा उदपादि, आलोको उदपादि।"

यो दुःख निरोध आर्य सत्य साक्षात्कार भयो। भिक्षुहरू! यो जो पहिले कहिल्यै नसुनिएको धर्ममा चक्षु उत्पन्न भयो, ज्ञान उत्पन्न भयो, प्रज्ञा उत्पन्न भयो, विद्या उत्पन्न भयो, आलोक उत्पन्न भयो।

दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदा आर्य सत्यका तीन आवृत्ति

"इदं दुक्खनिरोधगामिनी पटिपदा अरियसच्चंति मे, भिक्खवे, पुब्बे अननुस्सुतेसु धम्मेसु चक्खुं उदपादि, ञाणं उदपादि, पञ्ञा उदपादि, विज्जा उदपादि, आलोको उदपादि।"





यो दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदा आर्य सत्य हो। भिक्षुहरू! यो पहिले कहिल्यै नसुनिएको धर्ममा चक्षु उत्पन्न भयो, ज्ञान उत्पन्न भयो, प्रज्ञा उत्पन्न भयो, विद्या उत्पन्न भयो, आलोक उत्पन्न भयो।

"तं खो पनिदं दुक्खनिरोधगामिनी पटिपदा अरियसच्चं भावेतब्बन्ति मे, भिक्खवे, पुब्बे अननुस्सुतेसु धम्मेसु चक्खुं उदपादि, ञाणं उदपादि, पञ्ञा उदपादि, विज्जा उदपादि, आलोको उदपादि।"
यो दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदा आर्य सत्यको भावना गर्नुपर्छ। भिक्षुहरू! यो पहिले कहिल्यै नसुनिएको धर्ममा चक्षु उत्पन्न भयो, ज्ञान उत्पन्न भयो, प्रज्ञा उत्पन्न भयो, विद्या उत्पन्न भयो, आलोक उत्पन्न भयो।

"तं खो पनिदं दुक्खनिरोधगामिनी पटिपदा अरियसच्चं भावितन्ति मे, भिक्खवे, पुब्बे अननुस्सुतेसु धम्मेसु चक्खुं उदपादि, ञाणं उदपादि, पञ्ञा उदपादि, विज्जा उदपादि, आलोको उदपादि।"
यो दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदा आर्य सत्य सावित भयो। भिक्षुहरू! यो पहिले कहिल्यै नसुनिएको धर्ममा चक्षु उत्पन्न भयो, ज्ञान उत्पन्न भयो, प्रज्ञा उत्पन्न भयो, विद्या उत्पन्न भयो, आलोक उत्पन्न भयो।

"यावकीवञ्च मे, भिक्खवे, इमेसु चतूसु अरियसच्चेसु एवं तिपरिवट्टं द्वादसाकारं यथाभूतं ञाणदस्सनं न सविसुद्धं अहोसि, नेवतावाहं, भिक्खवे, सदेवके लोके समारके सब्रह्मक्रे सस्समण ब्राह्मणिया पजाय सदेव मनुस्साय 'अनुत्तरं सम्मासम्बोधिं अभिसम्बुद्धोति पच्चञ्ञासिं।"
भिक्षुहरू! जबसम्म यी चार आर्य सत्यका तीन तीन आवृत्ति गरी बाह्र प्रकारको यथार्थ विशुद्ध ज्ञान वा दर्शन प्राप्त गरिन भिक्षूहरू! त्यो समयसम्म देवतासहित, मारसहित, ब्रह्मासहित, सम्पूर्ण लोकमा, देव-मनुष्यसहित, श्रवण-ब्राह्माणसहित सम्पूर्ण प्रज्ञामा कतै पनि मैले यो दावी गरिन कि मलाई अनुत्तर (सर्वोत्तम) सम्यक सम्बोधि प्राप्त भएको छ।

"यतो च खो मे, भिक्खवे, इमेसु चतूसु अरियसच्चेसु एवं तिपरिवट्टं द्वादसाकारं यथाभूतं ञाणदस्सनं सुविसुद्धं अहोसि, अथाहं, भिक्खवे, सदेवके लोके समारके सब्रह्मके सस्समण ब्राह्मणिया पजाय सदेव मनुस्साय 'अनुत्तरं सम्मासम्बोधिं अभिसम्बुद्धोति

पच्चञ्ञासिं । ञाणं च पन मे दस्सनं उदपादि 'अकुप्पा मे विमुत्ति अयमन्तिमाजाति, नत्थिदानि पुनब्भवोति । इदमवो च भगवा । अत्तमना पञ्च वग्गिया भिक्खू भगवतो भासितं अभिनन्दुन्ति ।''

भिक्षुहरू । जब यी चार आर्य सत्यका तीनतीन आवृत्तिसहित बाह्र आवृत्तिको यथार्थ ज्ञान वा दर्शन प्राप्त भयो तबमात्र भिक्षूहरू ! देवतासहित, मारसहित, ब्रह्मासहित, सम्पूर्ण लोकमा, देव-मनुष्यसहित, श्रवण-ब्राह्माणसहित सम्पूर्ण प्रज्ञामा यस्तो दावी गरैं कि मलाई सर्वोत्तम (अनुत्तर) सम्यक सम्बोधि प्राप्त भएको छ। मैले ज्ञान वा दर्शन प्राप्त गरेको छु भनेर, अचल विमुक्ति प्राप्त गरेको छु। भिक्षुहरू ! यो अन्तिम जन्म हो । अब मेरो पुनरागमन (पुनर्जन्म) समाप्त भएको छ ।

''इदमवोच न्भगवा अत्तमना पन्चवश्गिया भिख्खु भगवतो मासितं अभिनन्खून्ति ।''

जब भगवान्ले यस्तो भन्नुभयो तब सन्तुष्ट भएका पञ्चवर्गीय भिक्षुहरूले उहाँको अभिनन्दन गरे, उहाँको वचनको अभिनन्दन गरे ।

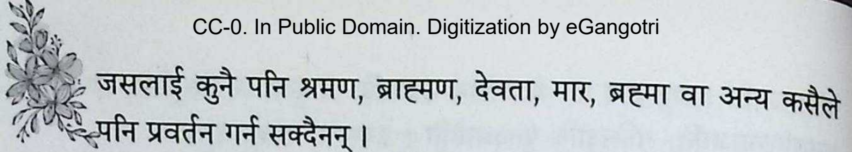
''इमस्मि च पन वेय्याकरणस्मिं भञ्जमाने आयस्मतो कोण्डञ्ञस्स विरजं वीतमलं धम्मचक्खुं उदपादि- ''यंकिञ्चि समुद्यधम्मं, सब्बन्तं निरोधधम्मन्ति ।''

यो व्याख्यापश्चात् अयुष्मान् कौडिन्यलाई –'जो समुदय धर्म छ, जो निरोध धर्म छ त्यो ज्ञान वा निरज (रागरहित) विमल (मयलरहित) धर्मचक्षु उत्पन्न भयो ।

'' एवं पवत्तिते च पन भगवता धम्मचक्के भुम्मादेवा सद्दमनुस्सावेसुं- एतं भगवता बाराणसियं इसिपतने मिगदाये अनुत्तरं धम्मचक्कं पवत्तितं अप्पटिवत्तियं समणेनवा ब्राह्मणेन वा देवेन वा मारेन वा ब्रह्मुना वा केनचि वा लोकस्मि'न्ति ।''

भगवान्का यस धर्मचक्र प्रवर्तनलाई जब भूमिका देवताहरूले सुने तब उनीहरूले यस्तो घोषणा गरे कि भगवान्ले वाराणसीको यो ऋषिपतन मृगदायमा यस्तो अनुत्तर (सर्वोत्तम) धर्मचक्र प्रवर्तन गर्नुभएको छ कि,





जसलाई कुनै पनि श्रमण, ब्राह्मण, देवता, मार, ब्रह्मा वा अन्य कसैले पनि प्रवर्तन गर्न सक्दैनन् ।

''भुम्मानं देवानं सद्दं सुत्वा चातुमहाराजिका देवा चातुम्महाराजिकानं देवानं सद्दं सुत्वा तावतिंसा देवा, यामा देवा, तुसिसा देवा, निम्मानरति देवा, परनिम्मितवसवत्ति देवा, ब्रम्हाकायिका देवा सद्दम मनुस्सावेसुं- एतं भगवता बाराणसियं इसिपतने मिगदाये अनुत्तरं धम्मचक्कं पवत्तितं, अप्पटिवत्तियं समणेन वा ब्राह्मणेन वा देवेन वा मारेन वा ब्रह्मुना वा केनचि वा लोकस्मिन्ति ।''

भूमिका देवताहरूका त्यस्तो शब्द जब चातुरमहाराजिक (देवलोक) का देवताहरूले सुने तब उनीहरूले यस्तो घोषणा गरे कि भगवान्ले वाराणासीको ऋषिपतन मृगदायमा यस्तो अनुत्तर (सर्वोत्तम) धर्मचक्र प्रवर्तन गर्नुभएको छ कि, जसलाई कुनै पनि श्रमण, ब्राह्मण, देवता, मार, ब्रह्मा वा अन्य कसैले पनि प्रवर्तन गर्न सक्दैनन् ।

''चातुमहाराजिकानं देवानं सद्दं सुत्वा तावतिंसा देवा सद्दमनुस्सावेसुं- एतं भगवता बाराणसियं इसिपतने मिगदाये अनुत्तरं धम्मचक्कं पवत्तितं, अप्पटिवत्तियं समणेन वा ब्राह्मणेन वा देवेन वा मारेन वा ब्रह्मुना वा केनचि वा लोकस्मिन्ति ।''

चातुरमहाराजिक देवताहरूका यस्तो शब्द जब त्रयस्त्रिंशद लोकका देवताहरूले सुने तब उनीहरूले यस्तो घोषणा गरे कि भगवान्ले वाराणासीको ऋषिपतन मृगदायमा यस्तो अनुत्तर (सर्वोत्तम) धर्मचक्र प्रवर्तन गर्नुभएको छ कि, जसलाई कुनै पनि श्रमण, ब्राह्मण, देवता, मार, ब्रह्मा वा अन्य कसैले पनि प्रवर्तन गर्न सक्दैनन् ।

''तावतिंसानं देवानं सद्दं सुत्वा यामा देवा सद्दमनुस्सावेसुं- एतं भगवता बाराणसियं इसिपतने मिगदाये अनुत्तरं धम्मचक्कं पवत्तितं, अप्पटिवत्तियं समणेन वा ब्राह्मणेन वा देवेन वा मारेन वा ब्रह्मुना वा केनचि वा लोकस्मि''न्ति ।''

त्रयस्त्रिंशद (तुषिता) लोकका देवताका यस्तो शब्द जब यामालोकका देवताहरूले सुने तब उनीहरूले यस्तो घोषणा गरे कि भगवान्ले वाराणासीको यस ऋषिपतन मृगदायमा यस्तो अनुत्तर (सर्वोत्तम) धर्मचक्र

प्रवर्तन गर्नुभएको छ कि, जसलाई कुनै पनि श्रमण, ब्राह्मण, देवता, मार, ब्रह्मा वा अन्य कसैले पनि प्रवर्तन गर्न सक्दैनन् ।

''यामानं देवानं सद्दं सुत्वा तुसिता देवा सद्दमनुस्सावेसुं- एतं भगवता बाराणसियं इसिपतने मिगदाये अनुत्तरं धम्मचक्कं पवत्तितं, अप्पटिवत्तियं समणेन वा ब्राह्मणेन वा देवेन वा मारेन वा ब्रह्मुना वा केनचि वा लोकस्मि''न्ति ।''

यामालोकका देवताहरूका यस्तो शब्द जब तुषित लोकका देवताहरूले सुने तब उनीहरूले यस्तो घोषणा गरे कि भगवान्ले वाराणासीको यस ऋषिपतन मृगदायमा यस्तो अनुत्तर (सर्वोत्तम) धर्मचक्र प्रवर्तिन गर्नुभएको छ कि, जसलाई कुनै पनि श्रमण, ब्राह्मण, देवता, मार, ब्रह्मा वा अन्य कसैले पनि प्रवर्तन गर्न सक्दैनन् ।

''तुसितानं देवानं सद्दं सुत्वा निम्मानरती देवा सद्दमनुस्सावेसुं -एतं भगवता बाराणसियं इसिपतने मिगदाये अनुत्तरं धम्मचक्कं पवत्तितं, अप्पटिवत्तियं समणेन वा ब्राह्मणेन वा देवेन वा मारेन वा ब्रह्मुना वा केनचि वा लोकस्मि''न्ति ।''

तुषित लोकका देवताहरूका यस्तो शब्द जब निर्वाणरतिलोकका देवताहरूले सुने तब उनीहरूले यस्तो घोषणा गरे कि भगवान्ले वाराणासीको यस ऋषिपतन मृगदायमा यस्तो अनुत्तर (सर्वोत्तम) धर्मचक्र प्रवर्तन गर्नुभएको छ कि, जसलाई कुनै पनि श्रमण, ब्राह्मण, देवता, मार, ब्रह्मा वा अन्य कसैले पनि प्रवर्ततन गर्न सक्दैनन् ।

''निम्मानरतीनं देवानं सद्दं सुत्वा परनिम्मितवसवत्ती देवा सद्दमनुस्सावेसुं- एतं भगवता बाराणसियं इसिपतने मिगदाये अनुत्तरं धम्मचक्कं पवत्तितं, अप्पटिवत्तियं समणेन वा ब्राह्मणेन वा देवेन वा मारेन वा ब्रह्मुना वा केनचि वा लोकस्मि''न्ति ।''

निर्वाणरतिलोकका देवताहरूका यस्तो शब्द परनिर्वितवशवर्ती लोकका देवताहरूले सुने तब उनीहरूले यस्तो घोषणा गरे कि भगवान्ले वाराणासीको यस ऋषिपतन मृगदायमा यस्तो अनुत्तर (सर्वोत्तम) धर्मचक्र प्रवर्तन गर्नुभएको छ कि, जसलाई कुनै पनि श्रमण, ब्राह्मण, देवता, मार,





ब्रह्मा वा अन्य कसैले पनि प्रवर्तन गर्न सक्दैनन् ।

"परनिम्मितवसवत्तीनं देवानं सद्दं सुत्वा ब्रह्मकायिका देवा सद्दमनुस्सावेसुं– "एतं भगवता बाराणसियं इसिपतने मिगदाये अनुत्तरं धम्मचक्कं पवत्तितं अप्पटिवत्तियं समणेन वा ब्राह्मणेन वा देवेन वा मारेन वा ब्रह्मुना वा केनचि वा लोकस्मि"न्ति ।"

परनिर्वितवशवर्ती लोकका देवताहरूका यस्तो शब्द जब ब्रह्मपरिषद लोकका देवताहरूले सुने तब उनीहरूले यस्तो घोषणा गरे कि भगवान्ले वाराणासीको यस ऋषिपतन मृगदायमा यस्तो अनुत्तर (सर्वोत्तम) धर्मचक्र प्रवर्तन गर्नुभएको छ कि, जसलाई कुनै पनि श्रमण, ब्राह्मण, देवता, मार, ब्रह्मा वा अन्य कसैले पनि प्रवर्ततन गर्न सक्दैनन् ।

"इतिह तेन खणेन (तेन लयेन) तेन मुहुत्तेन याव ब्रह्मलोका सद्दो अब्भुग्गच्छि । अयञ्च दससहस्सि लोकधातु सत्तम्पि सम्पकम्पि सम्पवेधि, अप्पमाणो च उलारो ओभासो लोके पातुरहोसि अतिक्कम्म देवानं देवानुभावन्ति ।"

यस प्रकार जब एकपछि अर्को लोक गर्दै त्यही क्षण, त्यही समयमा यी शब्द ब्रह्मलोकसम्म पुगे तब दसहजार चक्रवाल (दसहजार लोकको समूह) एकैसाथ कम्पायमान भए र उच्चा लोकका देवता, ब्रह्मा आदिबाट उत्पन्न हुने प्रकाशभन्दा पनि तेज र प्रकाशयुक्त लोक (दस हजार लोकहरूको समूह) मा फैलियो ।

"अथ खो भगवा इमं उदानं उदानेसि– "अञ्ञासि वत, भो, कोण्डञ्ञो, अञ्ञासि वत, भो, कोण्डञ्ञो'ति! इतिहिदं आयस्मतो कोण्डञ्ञस्स 'अञ्ञासि कोण्डञ्ञो' त्वेव नामं अहोसी ।"

यस्तो घटना हुँदा भगवान्को मुखबाट यस्तो उदान (उल्लास चित्तबाट निस्किएको वचन) निस्कियो कि अरे कौडिण्यले जाने, अरे कौडिण्यले जाने । यस प्रकार आयुष्मान् कौडिण्यको नाम ज्ञानी कौडिण्यमा परिणत भयो ।



अध्याय दुई

धर्मचक्र प्रर्वतन सुत्तको पृष्ठभूमि

धर्मचक्र पवर्तन सुत्त प्रारम्भ हुन गइरहेको छ। झण्डै छ वर्षको निर्वाण साधनापश्चात् भगवान्‌ले आफ्नै प्रयासले जुन मध्यमार्गी सत्य मोक्ष साधनाविधि पहिल्याउनु भयो, जुन साधनाविधिद्वारा निर्वाण प्राप्त गर्नुभयो, त्यही प्रामाणिक निर्वाण विद्याको व्याख्या प्रारम्भ हुन गइरहेको छ।

धर्मचक्रको मूल अर्थ हो आन्तरिक वा आध्यात्मिक रूपान्तरण। मानव जीवनसत्तामा क्रियाशील धम्म (प्रकृति) का जुन शाश्वत नियमले संस्कार विज (चित्तको संवेदना भोग गर्ने स्वभाव)हरू प्राप्त गर्दा मानिसमा जुन दुःखचक्र (प्रतिक्षण मनमा उत्पन्न हुने दुःख, निराशा, भय, अशान्ति, व्याकुलता आदि) लोकचक्र (जन्ममृत्युका कारण विभिन्न लोकमा घुमिरहनु आदि) र भवचक्र (पुनर्जन्म) उत्पन्न गरीरहेको छ। धम्मको तीनै शाश्वत नियमहरूमा आर्य अष्टाङ्गमार्ग साधनाको माध्यमद्वारा चित्तको समभावरूपी (संवेदना भोग नगर्ने संस्कार) विज छरेर प्रकृति वा धम्मको तिनै शाश्वत नियमलाई निर्वाणको पक्षमा क्रियाशील गराउँदै निर्वाण लक्ष्यतर्फ विचरण गर्नु नै धर्मचक्र हो। स्मरणरहोस्, धम्म वा प्रकृतिका शाश्वत नियमहरूका व्याख्या परिशिष्टमा राखिएको छ।

धर्मचक्र प्रवर्तन (उत्पति) चित्तका संस्कार विनाश गर्ने आध्यात्मिक रूपान्तरण हो। जब तपाईंमा चित्तका संस्कार वा (इन्द्रिय र विषयहरूका मिलनबाट उत्पन्न हुने संवेदनालाई भोग गर्ने चित्तको स्वभाव) नाश गर्ने प्रक्रिया प्रारम्भ हुन्छ तब तपाईंमा धर्मचक्र प्रवर्तन प्रारम्भ हुन्छ वा धर्मचक्र उत्पन्न हुन्छ।





संसारमा जति पनि धर्महरू, आध्यात्मिक शास्त्रहरू, गुरुहरू, सम्प्रदायहरू, दर्शनहरू छन् अनि ती सबै धर्म, शास्त्र, गुरु, सम्प्रदायसँग जोडिएका जति पनि प्रचलित मोक्ष साधनाविधिहरू छन् ती सबैका लक्ष्य मानिसमा धर्मचक्र उत्पन्न गर्नु नै हो, चित्तमा सङ्ग्रहित संस्कार (संवेदनालाई भोग गर्ने स्वभाव) लाई नाश गरी मोक्ष प्रदान गर्नु नै हो।

फेरि मानिसको जीवन सत्ताको अदृश्य चित्तक्षेत्रमा संवेदना भोग गर्ने स्वभावको रुपमा उपस्थित जुन संस्कार छ, धम्म (प्रकृति) को नियमको कारण जसको उत्पत्ति र विस्तार भइरहेको छ, जो धम्मकै नियमका कारण क्रियाशील छ, चित्तका तिनै संस्कार वा संवेदनालाई भोग गर्ने स्वभाव नाश गरी आफैँमा धर्मचक्र उत्पन्न गर्नु, तिनलाई सम्पादन गरी निर्वाण प्राप्त गर्नु अति कठिन साधना हो।

करोडौँ निर्माणाभिलाषी साधकमा एकदुई साधकले मात्र यसलाई सिद्ध गर्न सफल भएबाट पनि यो कति दुरुह वा कठिन साधना हो भन्ने स्पष्ट हुन्छ। विरलै साधकहरूले यो साधना सिद्ध गर्न सक्षम हुनुको पछाडि धेरै कारण छन्। तिनमा मुख्य कारण सत्य मोक्ष साधनाविधि प्राप्त नहुनु नै हो।

भगवान् बुद्धका समयमा जति पनि निर्वाण साधनाविधि प्रचलनमा थिए ती सबै अपूर्ण, आंशिक, मिथ्या, भ्रमपूर्ण प्रकृतिका नै थिए, जसले चित्तको क्षेत्रमा गढेका संस्कारलाई नष्ट गरी साधकलाई निर्वाण प्रदान गर्न सक्दैनथे। यसैले गर्दा बुद्ध जस्तो सांसारिक विषयबाट पूर्ण वैराग्य प्राप्त पुरुषलाई पनि झण्डै छ वर्षसम्म अनेक साधना सङ्घर्षमा फस्नुपर्‍यो, झण्डै मृत्युको समीप पुग्नुपर्‍यो।

हाल जति पनि मोक्ष साधनाका विधि प्रचलनमा छन् अधिकांश सतही, आंशिक र भ्रमपूर्ण प्रकृतिका छन्, साधकका चित्तको विकार (संवेदनालाई भोग गर्ने स्वभाव) लाई नाश गरी निर्वाण प्रदान गर्न असमर्थ छन्, साधकमा धर्मचक्र उत्पन्न गर्न असमर्थ छन्। अझ कति साधना विधि त विपरीत परिणामदायी पनि छन्। यसैले गर्दा मोक्षको अभिलाषाले साधनामा प्रवेश गरेका कैयौँ साधकले वर्षौं साधना गर्दा

पनि उल्लेखनीय प्रगति हासिल गर्न सकिरहेका छैनन्, चित्तका विकारलाई क्षय गर्न नसकी दुःखचक्र भोगिरहेका छन् । त्यस्तै कैयौं साधक साधनाको विपरीत फल प्राप्त गरी शारीरिक, मानसिक र आध्यात्मिकरूपमा विक्षिप्त बन्न पुगेका छन् ।

त्यसैले निर्वाण अभिलाषी साधकले भगवान् बुद्धको प्रथम धर्म देशना वा धर्मचक्र प्रवर्तन सुत्तमा प्रवेश गर्नुपूर्व उहाँको निर्वाण साधना सङ्घर्षप्रति स्पष्ट हुनु आवश्यक छ, आफ्नो साधनालाई बुद्धका सङ्घर्ष साधनासँग तुलना गर्नु आवश्यक छ। भगवान् बुद्धले निर्वाण प्राप्तिका लागि केकस्ता साधना गर्नुभयो, केकस्ता सङ्घर्ष भोग्नुभयो, केकस्ता शारीरिक र मानसिक अवस्था प्राप्त गर्नुभयो र कसरी मध्यमार्गी साधनाविधि पहिल्याएर आफैँमा धर्मचक्र उत्पन्न गरी निर्वाण लक्ष्य प्राप्त गर्नुभयो भन्ने जस्ता तथ्यप्रति स्पष्ट हुन साधनाका दृष्टिले अत्यन्त आवश्यक छ। यसैले यहाँ धर्मचक्र प्रवर्तन सुत्तको व्याख्यामा प्रवेश गर्नुपूर्व भगवान् बुद्धको दरवार त्यागदेखि धर्मचक्र प्रवर्तनसम्मको साधना यात्रालाई सारांशमा प्रस्तुत गर्ने प्रयास गरिएको छ ।

२.१. भगवान्द्वारा दरवार त्याग

अन्ततः भगवान्ले राजदरवारलाई त्याग्नुभयो । उनन्तीस वर्षको चरम यौवनकालमा जून समयमा मानिसको मनमा सांसारिक विषयहरू प्रति एक गहन आकर्षण उठ्दछ। जुन समयमा प्रायः सबै मानिस सांसारिक विषयहरूमा मोहित भई संसार सागरमा डुब्ने गर्दछन् तर भगवान् बुद्ध (तत्कालीन युवराज सिद्धार्थ) ले यही उमेरमा सांसारिक विपुल भोग, वैभव र उच्च सामाजिक प्रतिष्ठायुक्त जीवनलाई त्याग्नुभयो ।

उहाँले वैभव, भोग, प्रतिष्ठामा डुब्नु र रमाउनुको अर्थ बुझ्न सक्नुभएन । ती असत् वस्तुका प्राप्तिमा अमूल्य जीवन अर्पण गर्नुको अर्थ पनि बुझ्न सक्नुभएन...। सांसारिक वस्तुबाट प्राप्त हुने सुख, आनन्द, तृप्ति आदि सबै झुटो हो, क्षणिक छ, अर्थहीन छ, मूलतत्व विहीन छ भन्ने कुरा आफ्नै जीवनका अनुभवले बुझ्नुभयो। अनि त्यस्ता व्यर्थ सांसारिक वस्तुमा रमाएर जीवन नष्ट नगर्ने निर्णय लिनुभयो र जीवनको मूल तत्व निर्वाणको





खोजीमा एक दिन मध्यरातमा दरवार त्यागेर हिँड्नुभयो, निर्वाण प्राप्तिका दुरुह र रहश्यमय मार्गमा प्रवेश गर्नुभयो ।

२.२. सद्गुरुको खोजी

निर्वाण खोजको पहिलो आवश्यकता थियो निर्वाण प्राप्त सद्गुरुको प्राप्ति । त्यस्तो सद्गुरुको प्राप्ति, जसलाई वास्तवमै तत्ववोध भएको होस्, जसलाई प्रामाणिक अनुभूतिमै निर्वाण वा जीवनमा छिपेको सार वस्तु प्राप्त भएको होस्, जो निर्वाणको खोजमा घर गृहस्थ त्याग गरी पारिव्राजक जीवन ग्रहण गरेका साधकलाई सत्य मोक्ष साधना मार्ग प्रदर्शन गर्न सक्षम होस्, जो सत्य साधनामार्ग पहिल्याउन असमर्थ भई साधना सङ्घर्षमा फसेका साधकलाई उद्धार गर्न सक्षम होस् ।

निर्वाण खोजलाई लक्ष्य बनाएर गृहस्थ त्याग गरिसकेपछि भगवान् मोक्ष प्राप्त गुरुको खोजीमा तत्कालीन भारतका अनेक आश्रम, सम्प्रदाय, गुरुहरू आदिमा एक पछि अर्को गरी भ्रमण गर्दै हिँड्नुभयो । वर्षा, हिउँद, जाडो, गर्मी केही नभनी निर्वाण प्राप्त गुरु खोजीको यात्रालाई निरन्तरता दिनुभयो । भगवान् राजदरवारका श्रेष्ठ गुरुहरूबाट शिक्षित, उच्च बौद्धिक क्षमतायुक्त र गहन दृष्टियुक्त हुनुहुन्थ्यो । उहाँमा त्यतिबेला प्रचलित शास्त्रहरू, मोक्ष साधनाविधिहरूका सैद्धान्तिक ज्ञान थियो । निर्वाण साधना के हो ? कुन प्रकृतिको साधना गहन निर्वाण साधना हो ? कुन प्रकृतिको निर्वाण साधना व्यर्थ हो ? आदि प्रश्नप्रति उहाँ स्पष्ट हुनुहुन्थ्यो ।

जब भगवान्ले निर्वाण प्राप्त गुरु प्राप्तिलाई लक्ष्य बनाएर यात्रा प्रारम्भ गर्नुभयो, उहाँले विभिन्न गुरुहरूलाई भेट्नुभयो तर उहाँ ती गुरुहरूका परम्परागत शास्त्र व्याख्या, मूलतः बौद्धिक व्याख्यामा सिमित मोक्ष विद्या, सिमित प्रयोगात्मक पक्ष उपस्थित निर्वाण साधना, निर्वाणसँग कुनै सम्बन्ध नै नभएझैं प्रतीत हुने साधनाविधिहरूबाट प्रभावित हुनसक्नु भएन । ती गुरुहरू परम्परागत शास्त्र र मोक्ष विद्याको व्याख्यामै तल्लीन देखिन्थे । निर्वाण कसरी प्राप्त हुन्छ ? निर्वाण साधनाले कसरी निर्वाण प्रदान गर्दछ ? निर्वाण साधनाले समाधान गर्नुपर्ने समस्या के के हुन् ? आदि निर्वाण साधनासँग जोडिएका मूल प्रश्नमै प्रष्ट थिएनन् ।

कैयौँ गुरुहरू निर्वाण प्राप्तिका लागि गुरुकृपा, ईश्वरकृपा, श्रद्धा, भक्ति, विश्वास आदि आवश्यक पर्छ भन्ने पक्षमा जोड दिन्थे। आफ्नै सम्प्रदायको सदस्य हुनुपर्नेमा जोड दिन्थे। कैयौँ गुरुहरू निर्वाण प्राप्तिकै उद्देश्यले बाह्य पूजा, यज्ञ, हवन आदि कर्मकाण्डमा समाहित देखिन्थे। भगवान् सरल, स्पष्ट, परम्परागत धारणाबाट मुक्त, व्यर्थ बौद्धिक लेप वा विद्वता अनुपस्थित, ईश्वरकृपा, गुरुकृपा, श्रद्धा, विश्वास आदि धारणाबाट मुक्त, प्रयोगात्मक वा साधनापक्षमा जोड दिइएको सत्य मोक्ष साधनाविधि खोजिरहनुभएको थियो तर संसारमा यस प्रकृतिको निर्वाण साधना नै उपस्थित थिएन। अर्थात् सत्य मोक्ष साधनाविधि नै उपस्थित थिएन। निर्वाण शब्दको वरिपरि धर्म, ईश्वर, गुरु, दर्शन, सम्प्रदाय आदिमा आधारित कर्मकाण्डहरूका यस्तो पहाड खडा भएको थियो कि तिनै कर्मकाण्डले नै निर्वाण प्राप्तिका मार्गमा अवरोध खडा गरिरहेका थिए।

आध्यात्मिकताको लेप लगाइएका यस्ता कर्मकाण्डमाझ सत्य मोक्ष साधनाविधि प्राप्त गर्नु दुरुह कार्यझैँ प्रतीत हुन्थ्यो। आध्यात्मिकताका नाममा गरिने यी कर्मकाण्डहरू यति शक्तिशाली थिए कि मोक्ष प्राप्तिका नाममा पारिबाज्रक जीवन ग्रहण गरेका साधकहरू पनि अनेक अविश्वासनीय कर्मकाण्डमा फसिरहेका थिए। तैपनि भगवान्‌ले निर्वाण प्राप्त सद्‌गुरुको खोजीलाई निरन्तरता दिइरहनुभयो, एक सत्य गुरुको खोजी यात्रालाई निरन्तरता दिइरहनुभयो।

२.३. निर्वाण खोजका अनेक दृश्य

सद्‌गुरु खोजीका क्रममा भगवान्‌ले तत्कालीन भारतवर्षको आध्यात्मिक जगतका अनौठा दृश्यहरू देख्नुभयो। यस क्रममा उहाँले उहाँ जस्तै निर्वाणका प्यासी असङ्ख्य साधक पनि देख्नुभयो, जो घर गृहस्थी त्यागेर निर्वाण अन्वेषणको यात्रामा लागेका थिए, उहाँले जस्तै परिब्राजकको जीवन ग्रहण गरी निर्वाणकै निम्ति जीवन अपर्ण गरेका थिए तर अनेक धर्म, ईश्वर, गुरु, दर्शनमा आधारित सम्प्रदायमा विभाजित थिए।

यस्ता साम्प्रदायिक साधकका साधनाविधि, भेषभूषा, जीवनशैली पनि पृथकपृथक थिए। निर्वाण खोजमा हिँडेका यस्ता साधकमध्ये





कसैले कपाल पालेका थिए, कसैले पूरै कपाल खौरिएका थिए, कोही अविरल मन्त्र उच्चारण गरिरहन्थे, कोही मौनी थिए, एउटा शब्दसम्म उच्चारण गर्दैनथे। कोही शाकाहारी थिए, कोही मासु, मादक पदार्थ सबै सेवन गर्थे। कोही वस्त्रधारी थिए, कोही नग्न थिए, कोही एउटै खुट्टाले दीर्घकालसम्म उभिएर एक हात आकाशमा उठाएर शरीरलाई यातना दिइरहेका देखिन्थे। तथापि उनीहरूका खोजी निर्वाणकै थियो, सत्यकै थियो, भगवान्को जस्तै निर्वाणकै कामना थियो।

यसरी भगवान्ले सत्य गुरुको खोजमा एकपछि अर्को गर्दै विभिन्न आश्रम, सम्प्रदाय र गुरुहरूका आश्रमहरू भ्रमण गर्दै हिँडिरहनुभयो। यी दिनमा भगवान्ले ती सम्प्रदायका मोक्ष विद्या, दर्शन, साधनाविधि आदिको अध्ययन र अवलोकन गर्दै हिँडिरहनुभयो। राजदरवारमा श्रेष्ठ गुरुहरूबाट शिक्षा प्राप्त, कुशाग्र बुद्धि र दृष्टिले युक्त भगवान्को विचारमा जब कुनै मोक्ष विद्या वा साधनाबाट मोक्ष प्राप्ति असम्भव छ भन्ने निश्चित हुन्थ्यो, उहाँ त्यस्तो आश्रम र गुरुलाई तत्काल छोडिदिनुहुन्थ्यो। यो क्रममा उहाँले त्यस्ता कैयौँ गुरु, ती गुरुले प्रदान गरेका शास्त्रज्ञान, निर्वाण साधनाविधिलाई त्याग गरिसक्नुभएको थियो।

शारीरिकरूपमा भगवान् अत्यन्त सुन्दर हुनुहुन्थ्यो, कुनै वैभवशाली परिवारको सदस्य हुनुहुन्छ भन्ने तथ्य बाह्यरूपमै प्रतिबिम्बित थियो। यसैले अनेक सम्प्रदायका गुरुहरू भगवान्लाई आफ्नै सम्प्रदायको सदस्य हुन अनुरोध गर्थे, मन्त्र वा दीक्षा ग्रहणका लागि आग्रह गर्थे। कैयौँ गुरुहरू भगवान्लाई आफ्नो सम्प्रदायको उच्च पद प्रदान गर्थे तर भगवान्को लक्ष्य निर्वाणको थियो। त्यसैले उहाँले सद्गुरुको खोजीयात्रालाई निरन्तरता दिइरहनुभयो। यस क्रममा कैयौँ हप्ता बितिसकेका थिए। तैपनि उहाँ सद्गुरु प्राप्त गर्न असफल रहनुभयो।

२.४. गुरु अलार कालमसँग भेट

निर्वाण प्राप्त सद्गुरु खोजको क्रममा भगवान् गुरु आलार कालमको आश्रममा पुग्नुभयो। गुरु कालम त्यस समयका उत्तरी भारतका प्रसिद्ध गुरु हुनुहुन्थ्यो। उहाँको ध्यान विद्याको चर्चा टाटा ढासम्म फैलिएको थियो। उहाँ

वैशाली नगर (वर्तमान विहार राज्यमा) तीनसय शिष्यसँग बस्नुहुन्थ्यो । जब भगवान्ले आलार कालमलाई भेट्नुभयो, गुरु कालमले कुनै परम्परागत शास्त्र वा मोक्ष विद्याको व्याख्या गर्नु भएन । कुनै ईश्वरकृपा, गुरुकृपा, बाह्य श्रद्धा, भक्ति, विश्वास आदिमा पनि जोड दिनुभएन । उहाँले निर्वाण प्राप्तीको लागि मूलतः ध्यान पक्षमा जोडदिनुभयो । उहाँले यस कुरामा जोड दिनुभयो कि कुनै पनि निर्वाण साधनाविधि त्यस अवस्थामा मात्र सत्य हुन सक्छ जब साधकले मृत्युपश्चात् नभई वर्तमान जीवनमै निर्वाणको प्रामाणिक अनुभूति प्राप्त गर्दछ ।

साथै उहाँले यस तथ्यमा पनि जोड दिनुभयो कि कुनै पनि तीक्ष्ण बुद्धि र लगनशील साधकले छोटो समयमै उहाँद्वारा निर्देशित ध्यान विधिद्वारा निर्वाण प्राप्त गर्न सक्छ, निर्वाणको प्रामाणिक अनुभूति प्राप्त गर्न सक्छ । गुरु कालमका वचनहरू नितान्त नवीन थिए । गुरु कालम ध्यान केन्द्रमा रहेको प्रामाणिक निर्वाण अनुभूतिमै जोड दिइरहनुभएको थियो । उहाँ मृत्युपश्चात् प्राप्त हुने निर्वाणको कुरा गरिरहनुभएको थिएन । लामो यात्रापश्चात् भगवान्लाई विश्वसनीय प्रतीत हुने गुरु प्राप्त भइरहेको थियो ।

भगवान् गुरु कालमबाट प्रभावित हुनुभयो । लामो यात्रामा थाकेको प्यासी यात्रीले जसरी शीघ्र जल ग्रहण गर्दछ त्यसैगरी भगवान्ले गुरु कालमको शिष्यत्वलाई ग्रहण गर्नुभयो र छोटो समयमै गुरु कालम निर्देशित ध्यानको सातौं तहमा पुग्नुभयो । ध्यानको यस उच्च स्थितिमा भगवान्ले चित्तको गहन एकाग्रताका कारण समाधिस्थिति प्राप्त गर्नुभयो । सातौं ध्यानबाट प्राप्त यस गहन समाधिस्थितिमा भगवान्ले चित्तबाट रागद्वेष नाश भएको, स्वयं इन्द्रियका क्षेत्रबाट बाहिर निस्किएको, देहबोध छुटेको, चित्त शान्त सरोवरझैं स्थिर भएको, आफू मात्र बोध तत्वको रूपमा शेष रहेको आदि अनेक साधना अनुभूति प्राप्त गर्नुभयो ।

यस समाधि साधनालाई निरन्तरता दिएपछि भगवान् त्यस्तो स्थितिमा पुग्नुभयो, जहाँ व्यक्तिले आफूलाई द्रष्टाको रूपमा मात्र अनुभूति गर्दछ । यही द्रष्टाभावस्थिति नै गुरु कालमको ध्यान साधनाले प्रदान गर्न सक्ने उच्च आध्यात्मिक स्थिति थियो । गुरु कालमले यही द्रष्टाभावस्थितिलाई नै





निर्वाणस्थिति हो भन्नु भएको थियो तर निर्वाण भनिएको सातौं ध्यानको यस द्रष्टाभाव अनुभूति अविनाशी थिएन । यो इन्द्रियातीत क्षेत्रको अनुभूति थिएन । सातौं ध्यान साधनाको द्रष्टाभाव अनुभूति पनि साधनाबाट बाहिर आएको केही समयपश्चात् बिस्तारै लुप्त भएर जान्थ्यो, विलाएर जान्थ्यो ।

भगवान्को खोज इन्द्रियातीत अविनाशी अनुभूतिको थियो । निर्वाण अनुभूति अविनाशी र इन्द्रियातीत हुन्छ भनिएको थियो । जब निर्वाण भनिन्थ्यो शुद्ध वा विकार बिहीन चित्त स्थिति एक अनिवार्य आवश्यकता मानिन्थ्यो । निर्वाणस्थितिमा चित्त पूर्णरूपमा संस्कारहरूबाट मुक्त हुनुपर्थ्यो तर भगवान्लाई विशुद्ध चित्तस्थिति प्राप्त भएको थिएन । उहाँलाई आफ्नै चित्तमा अनेक संस्कार उपस्थित छन्, ती पूर्णरूपमा नष्ट भएका छैनन् भन्ने स्पष्ट बोध थियो ।

चित्तमा अझै उपस्थित अनेक संस्कार समय समयमा प्रकट भएर भगवान्लाई व्याकुल बनाइरहन्थे । यसले के स्पष्ट पारेको थियो भने गुरु कालमको मोक्ष साधनाविधि सत्य मोक्ष साधनाविधि थिएन । यो समाधि वा द्रष्टाभाव स्थितिसम्म प्रदान गर्न सक्ने आंशिक, अपूर्ण मोक्ष साधना विधि थियो । साथै गुरु कालम उहाँले दावी गरेजस्तै निर्वाण प्राप्त गुरु हुनुहुन्नथ्यो । उहाँ साधनाको लघु समाधि अनुभूतिलाई नै निर्वाणको अनुभूति हो भनी भ्रममा हुनुहुन्थ्यो । अनि यही आंशिक वा अपूर्ण निर्वाण साधनाविधिलाई सत्य मोक्ष साधनाविधि भनी प्रचार गरिरहनु भएको थियो, मोक्ष अभिलाषी साधकलाई बाँडिरहनुभएको थियो ।

जब भगवान्लाई निश्चय भयो कि गुरु कालमको अपूर्ण ध्यानविधि क्लेश नाश गर्न, दुखः नाश गर्न, अविनाशी शान्ति, अन्तरदृष्टि र निर्वाण प्रदान गर्न असमर्थ छ, त्यसपछि उहाँले गुरु कालमलाई छोड्ने निर्णय गर्नुभयो र गुरु कालमको अनुनय विनयपश्चात् पनि उहाँले आश्रमलाई छोड्नुभयो । स्पष्ट थियो- मोक्ष प्राप्त सद्गुरु प्राप्त गर्नु स्वयंले मोक्ष प्राप्त गर्नुजस्तै दुरुह कार्य थियो । जुन गुरुहरू आफूलाई मोक्ष प्राप्त गुरु हुँ भनी दावी गरिरहनुभएको थियो, उहाँहरू आफैँ मोक्ष प्राप्त गुरु हुनुहुन्नथ्यो । मोक्षको संसार आंशिक, अपूर्ण, भ्रामक, सतही साधनाविधिले भरिएको थियो ।

मोक्ष विद्याको प्रशिक्षण दिइरहेका गुरुहरू आफैँ यस मोक्षप्रति अनभिज्ञ हुनुहुन्थ्यो । मोक्षको संसारमा उपस्थित यस अन्धकारमा सत्य मोक्षमार्ग प्राप्त गर्नु अत्यन्त दुरुह थियो । तथापि भगवान् निराश हुनुभएन र पुनः मोक्ष प्राप्त सद्गुरुको खोजीलाई निरन्तता दिनुभयो ।

२.५. उद्धक रामपुत्तसँग भेट

सद्गुरु खोजको क्रममा उहाँ उद्धक रामपुत्तको आश्रममा पुग्नुभयो । उद्धक रामपुत्त पनि त्यस समयका प्रसिद्ध गुरु हुनुहुन्थ्यो । उहाँको विशिष्ट ध्यान विद्याको सर्वत्र चर्चा थियो । गुरु कालमजस्तै उहाँले पनि परम्परागत शास्त्रज्ञान, ईश्वरकृपा, गुरुकृपा, श्रद्धा, विश्वास, भक्ति आदिमा जोडदिनुभएको थिएन । गुरु रामपुत्तले पनि ध्यान साधनामा नै जोड दिनुभयो । निर्वाणको प्रामाणिक अनुभूतिमै जोड दिनुभयो । गुरु कालमझैँ उहाँले पनि भन्नुभयो कि कुनै पनि तीक्ष्ण बुद्धि भएका साधकले छोटो समयमै उहाँद्वारा प्रतिपादित ध्यानविधिद्वारा निर्वाण प्राप्त गर्न सक्छ ।

भगवान्सँग समय र विकल्प दुवै शेष थिएनन् । लामो समय बितिसकेको थियो । यस क्षणसम्म उहाँ आफैँले निर्वाण त टाढाको कुरा निर्वाण प्राप्त गुरुसम्म प्राप्त गर्न सक्नुभएको थिएन । त्यसैले उहाँले गुरु रामपुत्तको शिष्यत्व ग्रहण गर्नुभयो । गुरु रामपुत्तबाट नै उहाँले ध्यानको अझ उच्च स्थिति आठौँ ध्यानको ज्ञान प्राप्त गर्नुभयो । उहाँ शीघ्र समयमा नै आठौँ ध्यानको त्यस उच्च स्थितिमा पुग्नुभयो, जहाँ भावबोध एवं भावबोध विहीन दुवै समाप्त हुन्छन् । त्यसपछि साधक विचारबाट निर्विचारको अवस्थामा प्रवेश गर्दछ । त्यस अवस्थामा चेतनाका सम्पूर्ण अवस्थालाई पार गरेर साधकले गहन शून्यको अनुभूति गर्दछ ।

भगवान्ले बारम्बार ध्यानको यस गहन शून्य स्थितिलाई अनुभूति गर्नुभयो तर गुरु आलार कालमको ध्यानविधिजस्तै गुरु रामपुत्तले सिकाउनु भएको उच्च ध्यानबाट प्राप्त यस गहन शून्यस्थिति पनि इन्द्रियातीत अविनाशी अनुभूति थिएन । अर्थात् यो अनुभूति पनि विनाशी वा क्षणभङ्गुर

अनुभूति नै थियो। यो गहन शून्य अनुभूति पनि ध्यान साधनाबाट बाहिर आएको केही समयपश्चात् बिस्तारै विलाएर जान्थ्यो। स्पष्ट थियो- गुरु रामपुत्तले जुन स्थितिलाई निर्वाण स्थिति भनेर व्याख्या गर्नुभएको थियो, त्यस गहन शून्यस्थिति पनि निर्वाणको स्थिति थिएन। गुरु कालमको साधनाविधिझैं गुरु रामपुत्तको साधनाविधि पनि अपूर्ण, आंशिक, भ्रमपूर्ण र मोक्ष प्रदान गर्न असमर्थ थियो। यसले के स्पष्ट पार्थ्यो भने उद्धक रामपुत्त आफैं पनि मोक्ष प्राप्त गुरु हुनुहुन्नथ्यो। उहाँको प्रसिद्ध आठौं ध्यान पनि मोक्ष प्रदान गर्न असमर्थ थियो। गुरु कालममाझैं उहाँ पनि मोक्ष प्रदान गर्न असमर्थ, आंशिक, विद्यालाई सत्य मोक्ष विद्या भनेर प्रचार गरिरहनु भएको थियो।

जब भगवान्‌लाई यो निश्चय भयो कि गुरु रामपुत्तको यस ध्यानविधि पनि क्लेश नाश, दुःख नाश, अविनाशी शान्ति, अर्न्तदृष्टि र निर्वाण प्रदान गर्न असमर्थ छ। उहाँले उद्धक रामपुत्तको अनुनय विनयपश्चात् पनि उहाँको आश्रमलाई त्याग गर्नुभयो। भगवान्‌को निर्वाण प्राप्त सद्‌गुरुको खोज यात्रा असफलतातिर लम्किरहेको थियो। यस्तो प्रतीत हुन्थ्यो कि मोक्ष प्राप्त गुरु प्राप्त गर्नु वा सत्यमोक्ष साधनाविधि प्राप्त गर्नु संसारको सबैभन्दा दुरुह खोज हो।

२.६.मोक्षको रहश्यमय संसार–
दृष्टिविहीनले दृष्टिविहीनलाई डोऱ्याइरहेको स्थिति

यसरी लामो समयसम्म अनवरत प्रयास गर्दा पनि भगवान्‌ले निर्वाण प्राप्त गर्नु त धेरै परको कुरा निर्वाण प्राप्त सद्‌गुरु वा सत्य मोक्ष साधनाविद्या सिकाउने गुरुसम्म पाउन सक्नुभएन। यद्यपि उहाँको समयमा पनि हालकै जस्तो साधकहरूले निर्वाण खोजिरहेका थिए, विविध प्रकारका आध्यात्मिक साधनामा समाहित थिए। तथापि निर्वाण प्राप्त सद्‌गुरुको अनुपस्थिति वा सत्य मोक्ष विद्या लुप्त भएकाले ती साधक निर्वाणको नाममा अनेक अपूर्ण, अस्पष्ट, सत्य अनुभूति दिन असमर्थ साधनाविधिमा अल्झिरहेका थिए।

उनीहरू ध्यान साधनामा मनको एकाग्रताका कारण प्राप्त हुने शान्ति, आनन्द, खुसी आदि क्षणिक अनुभूतिलाई नै मोक्षको अनुभूति मानेर भ्रमित

थिए। कैयौँ साधक आफ्नै सम्प्रदायसँग जोडिएका धर्म, ईश्वर, गुरु, वस्त्र, टीका, माला आदि बाह्य आलम्बनका कारण अध्यात्मका विषयहरूमा राग वा आध्यात्मिक जडपन विकास गरेर त्यसैमा अड्किएका थिए। सबै साधकको प्यास निर्वाण थियो तर निर्वाण प्राप्त कोही थिएनन्, अविनाशी शान्ति कसैले पनि प्राप्त गरेका थिएनन्।

मोक्षको यस रहश्यमय संसारमा स्वयं गुरुहरू नै इमान्दारीविहीन देखिन्थे। असत्यवादी देखिन्थे। गुरुत्वको भोगमा रमाइरहेका त्यस्ता गुरुहरू कि त निर्वाणसँग कुनै सम्बन्ध नै नभएका व्यर्थ विद्वतापूर्ण व्याख्यामा हराइरहेका थिए कि आंशिक, अपूर्ण, आफैँले प्रामाणिकरूपमा अनुभूति प्राप्त नगरेको साधनाविधिलाई सत्य मोक्ष साधनाविधि भनेर बाँडिरहेका थिए,

मोक्ष खोजको संसारमा एक रहश्यमय अन्धकार छाएको थियो। यो अन्धकारमा एक दृष्टिविहीनले अर्को दृष्टिविहीनलाई डोऱ्याइरहेको थियो। यस्तो अन्धकारमा मोक्षमार्ग पहिल्याउन कोही पनि समर्थ थिएनन्। मोक्षको सत्य मार्ग पहिल्याउन कसैले पनि जानेका थिएनन् तर जानेको छैन वा जान्दिन भन्ने पनि कोही थएनन्। सबै गुरु, साधकहरू परम्परागत शास्त्रबाट प्राप्त आफैँले नबुझेका वा आफैँमा अप्रमाणित धारणा, विचार, मत, सिद्धान्त बोकेर हिँडिरहेका थिए।

भगवान्‌लाई आध्यात्मिक संसारको यथार्थ बोध भइरहेको थियो। आध्यात्मिक संसार बाहिरबाट हेर्दा जति सुन्दर, शान्त, पवित्र र प्रकाशवान् देखिन्थ्यो यथार्थ अर्कै थियो। अध्यात्मको यो संसारमा सांसारिक वृतिहरूको साम्राज्य थियो। आंशिक, मिथ्यापूर्ण शास्त्रज्ञानको अन्धकारले जन्माएको मार्ग विहीन अवस्थामा निर्वाण लक्ष्यको खोज दुरुह प्रयास थियो। आध्यात्मिक संसारमा देखिएका यस किसिमको भ्रमपूर्ण सत्य बोधसँगै भगवान्‌मा पुनः मोक्ष प्राप्त गुरु खोजी गर्ने अभिलाषा समाप्त भयो। अन्ततः भगवान्‌ले सदगुरु वा सत्यमोक्ष साधनाविधिको खोजलाई त्यहीँ टुङ्ग्याउनुभयो। यस निर्णयसँगै भगवान् एक मार्गविहीन अवस्थामा पुग्नुभयो।



२.७. भगवान्‌को मार्गविहीन अवस्था र गुरुविहीन अनिश्चय स्थिति

भगवान् जब मार्गविहीन हुनुभयो, गुरुविहीन हुनुभयो, साधनाविहीन हुनुभयो तब अहिलेसम्म आफैँले अध्ययन, अनुसन्धान र प्रयोग गरेका साधनाविधिमाथि गम्भीर समीक्षा गर्नुभयो। उहाँले आफैँलाई बारम्बार सोध्नु भयो कि आखिर किन वा कुन अन्तरनिहित त्रुटीका कारण यी साधनाविधि निर्वाण प्रदान गर्न असमर्थ रहे ? किन गुरु कालम र उद्धक रामपुत्तको उच्च ध्यानसाधनाविधिपनि आफूलाई निर्वाणप्रदान असफल रहे ? भगवान्‌ले यिनै प्रश्नमाथि बारम्बार चिन्तन गर्नुभयो, यी प्रश्नका उत्तर खोजिरहनुभयो।

यिनै क्षणमा भगवान्‌का मनमा के देह, इन्द्रिय र मनलाई पूर्णरूपमा नियन्त्रण गर्न असमर्थ भएकाले नै यी साधना असफल भएका हुन् ? के इन्द्रिय र मनलाई निग्रह गर्न असमर्थ भएकै कारण चित्तका विकारहरू नष्ट नभएका हुन् ? के स्वयं निर्वाण साधनामा यही कारणले असमर्थ भइएको हो ? के कठोर तपस्याद्वारा देह, इन्द्रिय र मनलाई नियन्त्रणमा ल्याएको खण्डमा निर्वाण प्राप्ति सम्भव छ ? आदि इत्यादि विचार उठ्न थाले।

भगवान्‌को मनमा यस्तै यस्तै इन्द्रिय निग्रह र कठोर तपस्याको विचार उठिरहेका थिए। गुरु विहीनता, मार्ग विहीनताको यस द्विविधापूर्ण स्थितिमा भगवान्‌का यी विचार झन्झन् प्रबल हुँदै गइरहेका थिए। अन्ततः एक दीर्घचिन्तनपश्चात् भगवान्‌ले देहतपस्याको कठोर निर्णय लिनुभयो र दुष्कर देहपीडक तपस्यामा प्रवेश गर्नुभयो।

२.८. कठोर तपस्या र पञ्च वर्गीय भिक्षु (भीग्गू)

जब भगवान्‌को दुष्कर देहपीडक, आत्मपीडक तपस्या र प्रथम धर्मचक्र प्रवर्तनको प्रसङ्ग आउँछ तब पञ्चवर्गीय भिक्षु (भीग्गू) वा पाँच परिव्राजकलाईपनि बिर्सन सकिन्न। किनकि, यी दुवै प्रसङ्गसँग पञ्चवर्गीय भिक्षुसँगजोडिएका छन्। यहाँनेर के प्रश्न उठ्छ भने आखिर को थिए ती पञ्चवर्गीय भिक्षु ? यिनीहरूको कथा यस प्रकार छ–

जब भगवान्‌को जन्म भयो, उहाँको नामकरणको दिन राजा शुद्धोदनले राज्यका आठ जना विशिष्ट विद्वान् ब्राह्मणलाई निम्त्याएर राजकुमारको

भविष्यबारे जिज्ञासा राखे, भविष्यमा बालक कस्तो हुनेछ भन्ने जान्न चाहे। उनले यस्तो जिज्ञासा राख्नुका कारणमा तपस्वी कालदेवल पनि एक थिए।

कालदेवल त्यस समयका प्रसिद्ध तपस्वी थिए। जब कालदेवललाई बुद्ध जन्मिएको ज्ञात भयो, उनी लामो यात्रा गरी बालक राजकुमारलाई हेर्न राजा शुद्धोदनको दरवारमा आएका थिए। जब उनले अनेक दैवी लक्षणले युक्त बालक राजकुमारलाई देखे, उनले यस असाधारण जन्मको अर्थ र मर्म बुझे। अनि घोषणा गरे कि यो बालक भविष्यमा बुद्ध बन्ने छ। धर्तीमा बुद्धको जन्म युगान्तकारी घटना थियो। समयको घारामा लुप्त भइरहने सत्य मोक्ष विद्याको उत्थान वा पुनर्जागरणका लागि नै बुद्धको जन्म हुने गरेको इतिहास थियो। बुद्धको कारण नै लुप्त वा विस्मृत सत्य मोक्ष मार्ग साधक समक्ष आउन सक्थ्यो। अनि अनेक आंशिक, भ्रामक, मिथ्या साधनामा अल्झिएर मोक्ष मार्ग पहिल्याउन असफल साधकहरू सत्य मोक्ष साधनाविधि प्राप्त गरी निर्वाण प्राप्त गर्न सफल हुन्थे।

कालदेवल आफैँ सत्य मोक्ष मार्ग पहिल्याउन नसकी निर्वाण प्राप्त गर्न असमर्थ तपस्वी थिए। धर्तीमा जब बुद्धको जन्म भएको थियो, जब निर्वाणको एक असाधारण अवसर आइरहेको थियो, उनको आयु पनि सकिइसकेको थियो। उनी धर्तीबाट शीघ्र विदा हुँदै थिए, निर्वाणको दुर्लभ अवसरबाट बञ्चित हुन गइरहेका थिए। यही पीडाले उनको आँखामा आँसु आएको थियो। उनी अनायसै रोएका थिए। यस्ता दृश्य देखेका राजा शुद्धोदन तपस्वीका शब्दबाट भित्रभित्रै त्रसित थिए। आफू राजा भएकाले उनी आफ्नो पुत्रलाई पनि राजाकै रूपमा देख्न चाहन्थे। अझ एक सफल कीर्तिवान् चक्रवर्ती राजाको रूपमा देख्न चाहन्थे, राजकुमारको दिग्विजयको यात्रालाई हेर्न चाहन्थे। त्यसैले उनले यस जिज्ञासालाई पुनः आठ ब्राह्मणसँग राखेका थिए।

जब ती आठ जना ब्राह्मणले अनेक दैवी चिह्न र लक्षणयुक्त बालक राजकुमारलाई हेरे, उनीहरूमध्ये सात जनाले दुई औंला उठाएर बालकको भविष्यका दुई सम्भावना, गृहस्थी भए चक्रवर्ती सम्राट र प्रजवित भए बुद्ध, लाई सङ्केत गरे। तर उनीहरूमध्ये सबैभन्दा तरुण





ब्राह्मण कौडिन्यले भने एक औंला उठाउँदै घोषणा गरे कि यस्तो दैवी लक्षणयुक्त व्यक्ति गृहस्थीको सीमित जीवनमा निसास्सिएर बस्न सक्दैन, संसारका विषयहरूमा मोहित भएर बस्नै सक्दैन। त्यसैले यो बालक अवश्य प्रजवित नै बन्नेछ, सत्य मोक्ष साधना मार्गलाई पहिल्याएर बुद्ध बन्नेछ।

यी तरुण ब्राह्मण आफैँमा वेदका विद्वान् थिए, मानिसको जीवनमा निर्वाण खोजबाहेक अन्य सबै खोज धोका हो भन्ने तथ्यलाई उनले स्पष्टसँग बुझेका थिए। उनी आफैँ मोक्षाभिलाषी थिए तर सत्य निर्वाण मार्ग पहिल्याउन भने सकिरहेका थिएनन्। किनकि सत्य मोक्ष साधनाविधि प्राप्त गर्न त्यति सहज थिएन, सूक्ष्म सत्य मोक्ष साधनामार्गलाई ठम्याउन सहज थिएन।

त्यसैले जब भगवान्‌ले निर्वाण खोजका लागि दरवार त्याग गर्नुभयो, भगवान्‌को यात्रालाई यी ब्राह्मण कौडिन्यले तीक्ष्ण दृष्टिले हेरिरहेको थिए। उनको चेतनशील आँखाले भगवान्‌को साधनायात्रालाई पछ्याइरहेको थियो। जब उनले भगवान्‌ले उरुबेला नामक स्थानमा तपस्या सुरू गर्नुभएको थाहा पाए उनलाई लाग्यो कि अब भगवान्‌को बुद्धत्वको समय नजिक आएको छ, प्रजवित राजकुमारको बुद्ध बन्ने समय आइपुगेको छ। पृथिवीमा एक असाधारण घटना घटित हुने समय आइरहेको छ, लुप्त भएको सत्य मोक्ष मार्गसँग पुन प्रकाशित हुने क्षण आइपुगेको छ। यस तथ्यको बोधसँगै ब्राह्मण कौडिन्यमा मोक्षको अभिलाषा झन्‌झन् बिस्तार हुँदै गयो। झण्डै तीन दशकको प्रतिक्षापश्चात् मृत्युतर्फ बढिरहेको उनको जीवनमा एक असाधारण अवसर आइरहेको थियो। उनले धर्तीमा घटित हुने यस असाधारण अवसरलाई छोप्ने निर्णय गरे। अन्ततः उनले पनि प्रजवित जीवन ग्रहण गरी भगवान्‌को समीपमा बसेर तपस्या गर्ने निर्णय गरे।

जब उनले भगवान्‌को समीपमा बसेर तपस्या गर्ने निर्णय लिए, त्यही समयमा उनलाई सात ब्राह्मण मित्रहरूको सम्झना आयो। ती सात ब्राह्मण मित्रहरू पनि निर्वाण अभिलाषी थिए, विद्वान पनि थिए। तथापि मोक्षको सूक्ष्म मार्ग पहिल्याउन असमर्थ थिए। अन्ततः निर्वाण साधना

गर्दागर्दै निर्वाण प्राप्त गर्न असमर्थ भई संसारबाट विदा भएका थिए। ब्राह्मण मित्रहरूको स्मृतिपश्चात् कौडिन्यलाई उनीहरूका पुत्रहरूको सम्झना भयो।

उनले ती सात ब्राह्मणका पुत्रलाई जम्मा गरेर मानिसको जीवनमा मोक्षको असाधारण मूल्य, प्रजवित राजकुमारको बुद्धत्वको समय, बुद्धको जन्म युगयुगको अन्तरालमा घटित हुने घटना, मोक्षका दृष्टिले असाधारण र गुमाउन नहुने समय आदिका बारेमा प्रकाश पार्दै आफ्ना दिवङ्गत मित्रका पुत्रहरूलाई निर्वाण खोजका लागि प्रजवित हुन आग्रह गरे।

त्यतिबेला उनले यो पनि थपे कि यदि तिमीहरूका पिताहरू जीवित भएका भए आज गृहस्थी जीवन त्यागी प्रवजित हुन्थे। संसारमा निकै समयपछि मात्र घटित हुने यस्तो अवसरलाई खेर जान दिँदैनथे, बुद्धलाई पछ्याउँथे। तथापि ती ब्राह्मणपुत्रहरू सबै कौडिन्यको प्रस्तावमा सहमत हुन सकेनन्, मोक्षको मर्म बुझ्नै सकेनन्। मात्र चार ब्राह्मणपुत्रले कौडिन्यका शब्दमा छिपेका मर्मलाई ग्रहण गर्न सके र कौडिन्यलाई नै समूह नेता बनाएर प्रवज्याको मार्ग रोजे। पछि गएर उनीहरू पञ्चवर्गीय भिक्षुका नामले प्रसिद्ध भए। जब भगवान्‌ले कठोर तपस्या प्रारम्भ गर्नुभयो तब यी भिक्षु भगवान्‌को समीपमै ध्यान तथा तपस्या गरेर बस्थे। दरवारसँग सम्बन्धित ब्राह्मण भएकाले राजकुमार वा भगवान्‌प्रति उनीहरूको व्यक्तिगत श्रद्धा पनि थियो। यिनीहरू आवश्यक परे भगवान्‌को सेवा पनि गर्थे। भिक्षाबाट प्राप्त भोजन भगवान्‌लाई पनि बाँड्थे।

२.९. भगवान्‌को कठिन तपस्या र परिणाम

जब भगवान्‌ले देह, इन्द्रिय र मनमाथि नियन्त्रण गर्न कठोर तपस्या प्रारम्भ गर्नुभयो, उहाँले साधनाको प्रारम्भ श्वास नियन्त्रण र अल्पाहार साधनाबाट गर्नु भयो। त्यसपछि शनैःशनैः आहारलाई कम गर्दै जानुभयो र अन्ततः यति अल्पहारी हुनुभयो कि दिनमा एक गाँस मात्र अन्न ग्रहण गर्नुहुन्थ्यो। अन्न ग्रहणपश्चात् ध्यानमा लिन भइहाल्नुहुन्थ्यो।

यस्तो अल्पहार तपस्याले शनैःशनैः उहाँमा शारीरिक परिवर्तनका लक्षण देखा पर्न थाले। उहाँ दुब्लाउँदै जानुभयो, निर्बल हुँदै जानु भयो।





उहाँको शरीरको छाला कालो भयो, त्वचाको शुद्ध निर्मल छवि नष्ट भयो, शरीर सुक्दै गयो र हिँड्न पनि असमर्थ हुनुभयो। शरीर बलहीन, भोक तिर्खाले हैरान, मन थकावटले एकाग्रहीन र अशान्त भयो। देह यति क्षीण भयो कि शरीरमा हाडमात्र बाँकी रह्यो। पेटमा हात लगाउँदा पिठको हाडलाई छुन्थ्यो। आँखा गाडिएको थियो, शरीरको छाला पूर्णतः खुम्चिएको थियो। एक पल्ट स्वास नलिकन ध्यान गर्दा बेहोश भई ढल्नुभएको थियो।

तैपनि उहाँले यस्तो कठिन तपस्याबाट निर्वाण प्राप्त गर्न सक्नुभएन। शरीर नष्ट भई मृत्युको समीपमा पुग्दा पनि यो कठोर तपस्या उहाँको चित्तका विकारलाई नष्ट गरी मोक्ष प्रदान गर्न असमर्थ रह्यो। जब भगवान्‌लाई निश्चय भयो कि यो दुष्कर देहपीडक तपस्याबाट बुद्धत्व प्राप्ति असम्भव छ, उहाँले भोजन ग्रहण गर्ने निश्चय गर्नुभयो। देहलाई पुनः अनेक यातना नदिई भगवान्‌ले भोजन ग्रहण गर्न प्रारम्भ गर्नुभयो।

२.१०. भोजन ग्रहण र पञ्चवर्गी भिक्षुहरूद्वारा भगवान्‌लाई त्याग

जब भगवान्‌ले भोजन ग्रहण गर्न प्रारम्भ गर्नुभएको दृश्य पञ्चवर्गीय भिक्षुहरूले देखे, उनीहरू आश्चर्य चकित भए। यस्तो दृश्य उनीहरूका लागि कल्पना बाहिरको थियो। उनीहरूलाई लाग्यो भगवान् पुनः भोगको संसारमा फर्किनुभएको छ। निर्वाण साधना पथबाट भ्रष्ट हुनुभएको छ। बुद्धत्व प्राप्त गर्ने सम्भावनाबाट टाढा पुग्नुभएको छ। निर्वाण प्राप्तिको जुन अभिलाषाले उनीहरूले भगवान्‌लाई पछ्याइरहेका थिए त्यसमाथि निराशाको कालो बादल उठिरहेको थियो, एक मधुर प्रतिक्षा खेर गइरहेको जस्तो भइरहेको थियो।

तत्पश्चात् पञ्चवर्गीय भिक्षुहरूले स्नान गर्न इच्छुक व्यक्तिले शीतका थोपामाथि भर पर्नु र भगवान्‌लाई निर्वाण प्राप्त होला र हामीले निर्वाणको सत्य साधना विधि पाउन सकौँला भन्ने आशा गर्नु उस्तै हो भन्ने निष्कर्षमा पुगे। तत्पश्चात् उनीहरूले भगवान्‌लाई त्याग गर्ने निश्चय गरी उहाँलाई त्यागेर मोक्षको स्व-साधना गर्ने उदेश्यले ऋषिपतन नामक स्थानतर्फ लागे।

भोजनपश्चात् भगवान्को शरीर पूर्व अवस्थामा फर्किन थाल्यो। शरीरमा स्वास्थ्यका लक्षण शनैःशनैः प्रकट हुन थाले। भगवान् क्रमशः स्वस्थ हुँदै गइरहनुभएको थियो। ती अन्योलका दिनमा भगवान् भिक्षाटन गरेर फर्केपछि बोधिवृक्षको शीतल छायाँमा शान्त बसिरहनुहुन्थ्यो। लामो असफल निर्वाण साधना यात्रा, जुन यात्रामा उहाँको झण्डै छवर्षको समय व्यतीत भइसकेको थियो, झण्डै मृत्युको मुखमा पुग्नुभएको थियो त्यो निर्वाण साधना यात्रामाथि चिन्तन गरिरहनुहुन्थ्यो। उहाँको मनमा एक प्रश्न बारम्बार उठिरहन्थ्यो कि आखिर किन यी अनेक साधनाविधि उहाँलाई निर्वाण प्रदान गर्न असमर्थ रहे ? ती दिनमा भगवान्को जीवन स्थिरझैँ थियो। उहाँसँग न त अगाडि बढ्ने साधनामार्ग थियो न पुनः भोगको सारहीन संसारमा फर्कन मनले स्वीकार गरिरहेको थियो। संसारप्रतिको वैराग्य उहाँका मनमा ज्यूँकात्यूँ थियो। निर्वाण खोजको असफलतापश्चात् पछि पनि उहाँको मनको एक कुनामा आशाको यस्तो आवाज उठिरहन्थ्यो कि जीवनमा सार वस्तु छ, सार तत्व छ, निर्वाण छ। तथापि सत्य निर्वाणमार्ग अदृष्य थियो। आफ्नै जीवनभित्र सार तत्वसम्म पुग्ने मार्ग पहिल्याउन अत्यन्त दुरुह थियो।

२.११. प्रथम ध्यानको स्मृति र विपश्यना ध्यानको जन्म

यस्तैमा एक दिन भगवान् वृक्षको सघन छायामुनि शान्त बसिरहनुभएको थियो। मध्याह्नको समय थियो, वातावरण शान्त र मौन थियो, वसन्तको मधुर हावा निरन्जना तथा नदीको शीतलता र शान्तिलाई बोकेर बगिरहेको थियो। शान्त वातावरण, मध्यान्हमा चम्किरहेको सूर्य, क्षितिजसम्म बिस्तारित मौन आकाश आदिले गर्दा समग्र परिवेश र सृष्टि नै ध्यानमय प्रतीत हुन्थ्यो। त्यसै समयमा अनायासै भगवान्लाई प्रथम ध्यानको स्मृति आयो। भगवान्लाई त्यो ध्यानको पूर्वस्मृति उदय भयो, जुन उहाँ नौ वर्षको हुँदा घटित भएको थियो।

जब भगवान् नौ वर्षको हुनुहुन्थ्यो कुनै उत्सवको दिन धाइ आमाहरूले छाडिदिँदा उहाँ जामुन वृक्षको सघन छायामुनि एक्लै बसिरहनु भएको थियो। त्यस दिन अत्यन्त स्वाभाविकरूपमा उहाँ एकान्त वातावरणको मौनतासँगै कम्पित भइरहेको ब्रह्माण्डीय लयसँग एकाकार





हुन पुग्नुभएको थियो, ध्यानमग्न हुन पुग्नुभएको थियो । हेर्दाहेर्दै उहाँको श्वास शान्त, लयवद्ध र एकाग्र भएको थियो । उहाँ स्वत जन्मन गएको प्राकृतिक सहज समाधिमा लामो समयसम्म डुबिरहनु भएको थियो ।

अवचेतन मनमा छिपेको त्यस प्रथम ध्यानको मधुर स्मृति आज पुनः त्यही शान्त वातावरण, एकान्त परिवेश, सघन छाया, ब्रह्माण्डीय कम्पन आदिको स्पष्ट अनुभूति प्राप्त हुँदा पुनः जाग्रत भएर उठेको थियो ।

बाल्यकालको त्यो प्रथम ध्यानको स्मृतिसँगै भगवान्मा पुनः त्यही ध्यानको उदय भयो । प्रथम ध्यानावस्थामा झैँ उहाँ ब्रह्माण्डीय लयमा एकाकार हुनुभयो । उहाँको श्वासप्रश्वास प्रक्रिया धिमा हुँदै गए । प्रकृतिको गर्भबाट उदाएको गहन ध्यानले उहाँलाई छोप्दै लग्यो । भगवान् ध्यानको प्रथम, दोस्रो, तेस्रो, चौथो अवस्था पार गर्दै समाधिको स्थितिमा प्रवेश गर्नुभयो ।

जब भगवान्मा एक गहन प्राकृतिक ध्यान अनायास उदय भयो, उहाँले त्यो ध्यानमाथि जागरुकतापूर्वक दृष्टि दिन थाल्नुभयो । ध्यानप्रति जागरुक दृष्टिकला उहाँले गुरु कालम र उद्धक रामपुत्तको ध्यान साधनाबाटै प्राप्त गर्नुभएको थियो । प्रकृति जनित त्यस गहन ध्यानमा कुनै पनि प्रकारको हस्तक्षेप नगरिकन एक निष्पक्ष द्रष्टाभावले त्यसलाई लामो समयसम्म ध्यानलाई अवलोकन र अनुभूति गरिरहनुभयो । श्वासप्रश्वासले स्पष्टरूपमा ब्रह्माण्डीयलय समातिरहेको थियो । गहन ध्यानको एक सतत धारा नदीको प्रवाह झैँ अविरल प्रवाहित थियो ।

भगवान् यस गहन ध्यानप्रति अत्यन्त जागरुक हुनुहुन्थ्यो । जब उहाँले सूक्ष्म आन्तरिक बोधचक्षु वा दृष्टिले त्यस ध्यानलाई अवलोकन गरिरहनुभएको थियो उहाँले स्पष्टरूपमा देख्नुभयो कि उहाँको मन र देहका क्षेत्रमा अनेक प्रकारका सुखद अनुभूति तथा दुःखद अनुभूति उत्पन्न र विलय भइरहेका छन् । यसभन्दा अगाडिका ध्यान साधनाहरूमा भगवान्का दृष्टि यी संवेदनामाथि परेको थिएन । किनकि कुनै पनि गुरुले काय र चित्तको क्षेत्रमा प्रकट भइरहेका यी संवेदनामाथि ध्यान दिनुपर्ने आवश्यकतालाई औँल्याउनु नै भएको थिएन । गुरु कालम र गुरु रामपुत्तको ध्यान साधनाविधिमा पनि श्वासप्रश्वासको एकाग्रतामाथि नै जोड दिइएको थियो ।

नदी किनाराको व्यक्तिले प्रवाहित नदीलाई निष्पक्ष भावले अवलोकन गरे झैँ भगवान्‌ले देह र चित्तमा स्वतः उत्पन्न यस ध्यानसँगै उत्पन्न भइरहेका संवेदनाहरूका गुण, धर्म र स्वभावलाई हेरिरहनुभयो। यस्ता अनेक दुखद तथा सुखद संवेदना उत्पन्न हुन्थे, जो केही क्षण स्थिरझैँ प्रतीत हुन्थे र तत्कालै विलय हुन्थे। अनित्यता नै यिनीहरूका मूल गुण, धर्म र स्वभाव थियो।

जब भगवान् यी सुखद र दुखद संवेदनालाई न राग न द्वेष अर्थात् समभावी दृष्टिले अवलोकन गरिरहनुभएको थियो, ती संवेदनाका उदय र व्ययको समभावी अवलोकनसँगै उहाँलाई आफ्नै आन्तरिक क्षेत्रमा अनेक परिवर्तन हुँदै गइरहेको स्पष्ट अनुभूति भइरहेको थियो। मनको आन्तरिक क्षेत्र झन्‌झन् शान्त, विस्तार, समभावी, निर्मल हुँदै गइरहेको स्पष्ट अनुभूति भइरहेको थियो। चित्तबाट विकारहरू नष्ट हुँदै गएर शनैःशनैः निर्मल हुँदै गएको जस्तो अनुभूति भइरहेको थियो।

संवेदनाहरूका अनित्य स्वभावको साक्षीभावपूर्ण अवलोकनबाट प्राप्त यी नवीन अनुभूतिलाई भगवान्‌ले गुरु कालम र रामपुत्रबाट प्राप्त सातौँ र आठौँ ध्यानमा पनि प्राप्त गर्नुभएको थिएन। यस संवेदनाहरूमाथिको ध्यान नितान्त पृथक झैँ प्रतीत हुन्थ्यो। पृथकताको मुख्य क्षेत्र संवेदनाको सतत उदय र व्ययरूपी अनुभूति नै थियो। यी अनुभूति आफ्नै आन्तरिक प्रदेशमा प्राप्त भइरहेका अनुभूतिका असाधारण विस्तार नै थियो। विकारहरू उखेलिएर चित्त झन्‌झन् शान्त र निर्मल हुँदै गएको अनुभूति भइरहेको थियो। संवेदनाहरूका समभावपूर्ण अवलोकनरूपी ध्यान एक असाधारण ध्यानझैँ प्रतीत हुन्थ्यो।

भगवान् यो स्वतः उत्पन्न ध्यान र संवेदनाहरूमाथिको समभावी अवलोकनबाट आफैँलाई प्राप्त भइरहेको आन्तरिक रूपान्तरण र चित्तमा प्राप्त भइरहेका निर्मल अनुभूतिबाट अत्यन्त प्रभावित हुनुभयो। यतिबेला यस्तो प्रतीत हुन्थ्यो कि कुनै असाधारण ध्यानमार्गको जन्म स्वतः भइरहेको छ।

त्यसपछिका कैयौँ हप्तासम्म भिक्षाटनबाट फर्किएर भोजन गरेपश्चात् भगवान् यही बोधिवृक्षको छायाँमुनि बसेर यिनै संवेदनालाई समभावरूपमा





अवलोकन गर्दै ध्यानमा डुब्नुहुन्थ्यो, यो नवीन ध्यानको सूक्ष्म अवलोकन र अनुसन्धान गरिरहनुहुन्थ्यो, देह र मनको क्षेत्रमा उत्पन्न संवेदनाहरूका उदय र व्ययलाई स्मृतिवान् (जागरुक) र प्रज्ञावान् भएर अवलोकन गरिरहनुहुन्थ्यो ।

ध्यान झन्झन् गहिरिँदै गइरहेको थियो । स्पष्टरूपमा भगवान् ध्यानका विभिन्न चरणबाट गुज्रिरहनुभएको थियो । उहाँ ध्यानका ती प्रत्येक चरणप्रति स्पष्ट हुनुहुन्थ्यो । यो नै दुःखद र सुखद संवेदनाहरूप्रति न राग न द्वेषको मध्यमार्गी ध्यान साधना थियो, यो नै विपश्यना ध्यान साधनाको जन्मको क्षण थियो । भगवान्ले महासतिपट्ठान सुत्तमा विपश्यना ध्यान साधनामा साधकले एकपछि अर्को गरी पार गर्दै जाने यिनका चरणबारे गहन व्याख्या गर्नुभएको छ ।

२.१२. अन्ततः बुद्धत्व प्राप्ति

यसरी प्रतिक्षण काय र चित्त क्षेत्रका संवेदनाहरूका उदय र व्यय प्रक्रियाप्रति सतत जागरुकता र सम्यक दृष्टिको अभ्यास गर्दागर्दै भगवान्को चित्त र देह क्षेत्रका सम्पूर्ण विकार पूर्णरूपमा नष्ट भई चित्त पूर्णरूपमा शुद्ध हुन थालिसकेको थियो । चित्त, शरीर र श्वासप्रश्वास एकाकार भइसकेका थिए । उहाँमा चित्तलाई एकाग्र गरेर काय र चित्त क्षेत्रका अणुहरूको सूक्ष्म निरीक्षण गर्न सक्ने अद्भूत जागरुक शक्ति विकास भइसकेको थियो । समयसमयमा उहाँलाई संवेदनाहरू उदय र व्ययको क्षेत्रभन्दा बाहिर इन्द्रियातीत अमृतमय निर्वाण क्षेत्रको साक्षात्कारको झलकसमेत प्राप्त हुन थालिसकेको थियो ।

जब भगवान्लाई आन्तरिक अनुभूतिका कारण निर्वाणको अत्यन्त नजिक पुगेको वोध भयो । उहाँले एक दिन बोधिवृक्षमुनि पद्मासनमा बसी यस्तो सङ्कल्प गर्नुभयो कि जबसम्म मलाई सम्बोधि प्राप्त हुने छैन तबसम्म आसनबाट उठ्ने छैन । अन्ततः वैशाख पूर्णिमाको दिन भगवान्लाई महानिर्वाण प्राप्त भयो । उहाँ निर्वाणको त्यस इन्द्रियातीत क्षेत्रमा पुग्नुभयो, जसलाई न इन्द्रियहरूद्वारा बुझ्न सकिन्छ, न शब्दहरूमा व्याख्या गर्न सकिन्छ ।

निर्वाण प्राप्तिपश्चात् भगवान्ले प्रथम चरणमा पूर्वजन्मको ज्ञान, मध्यम चरणमा दिव्य चक्षु प्राप्ति र अन्तिम चरणमा प्रकृतिमा छिपेका प्रतित्यसमुत्पादको श्वाशत नियमबारे ज्ञान प्राप्त गर्नुभयो। धम्म (प्रकृतिको) प्रतित्यसमुत्पाद नियमको ज्ञानसँगै भगवान्लाई चार आर्य सत्य (दुःख, दुःखको कारण, दुःख निरोधको अवस्था र दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदा वा दुःख निरोधतर्फको आयाम) पनि स्पष्ट बोध भयो।

जब भगवान्ले निर्वाण प्राप्त गर्नुभयो उहाँले आफ्नै आदि वा प्रथम जन्म मात्र नभई पत्ता लगाउनै असम्भव अनगिन्ती पूर्वजन्मलाई समेत सहसा देख्नुभयो। तत्पश्चात् भगवान्को मुखारविन्दबाट अनायासै केही यस्ता शब्द प्रकट भए-

अनेक जातिसंसारं सन्ध्याविस्सं अनिब्बिसं ।
गहकारकं गवेसन्ता दुक्खा जाति पुनप्पुनं ॥
गहकारकं ! दिट्ठोसि पुन गेहं न काहसि ।
सब्बा ते फासुका भग्गा गहकूटै विसङ्खितं ॥
विसाङ्खारगतं चितं तण्हानं. खयमज्झगा ॥

अर्थात् यस संसारमा अनेक पटक जन्मैं र केही पनि प्राप्त नगरी नरोकिएर यसको खोजीनीति गरी नै रहें, दौड लगाई रहें, घर निर्माताको खोजी गर्दै अर्थात् यस्तो खोजीमा लागें कि प्रत्येक मृत्युमा अर्को जन्मका लागि नयाँ शरीरको निर्माण कसले गर्दछ ? जन्म-मरणरूपी सृष्टिको रचियता को हो ? तर यस्तो कुनै श्रष्टा व्यक्ति (ईश्वर) को निरर्थक र निष्फल खोजीमा पटकपटक दुःखमय जन्म लिइरहें, अर्थात् भवसागरमा भौंतारिने काम समाप्त भएन। हे घर निर्माता वा पुनर्जन्मदाता ! अब तँ देखिई सकिस्। अब तैंले पुनः मेरा लागि घर बनाउन सक्ने छैनस्, किनकि तेरा सबै कडी भत्किसकेका छन्। घरको कूटस्थ स्तम्भ टुटिसकेको छ।

निर्वाणपश्चात्का दिनहरू

भगवान्ले निर्वाण प्राप्तिको हप्ता दिनसम्म बोधिवृक्ष मुनि बसेर विपुल आनन्द लिनुभयो। निर्वाणको परमआनन्दको अनुभूतिले उहाँको मुखारविन्दबाट अनायासै 'अहो सुख! अहोसुख!' शब्द उच्चारण भइरहेका थिए। जीवनमा जुन आन्तरिक रूपान्तरण भएको थियो





त्यो असाधारण, अकल्पनीय र अवर्णनीय थियो। पुनर्जन्म भएजस्तै जीवन पूर्णरूपमा रूपान्तरित भएको थियो। जन्म जन्मान्तरका विकार (चित्तका संवेदनाहरू भोग्ने स्वभाव) पूर्णरूपमा नष्ट भएर चित्त पूर्ण शुद्ध र निर्मल भएको थियो। पूर्वजीवनका सम्पूर्ण स्वभाव, वृत्ति नष्ट भई एउटा अर्कै नवजीवन प्राप्त भएजस्तो प्रतीत भइरहेको थियो। परमशान्ति, परमआनन्द, परमसुखका जुन अनुभूति मनमा फुटिरहेका थिए ती अनुभूति अविनाशी थिए। ती गुरु कालम र उद्धक रामपुत्तको ध्यान साधनाबाट प्राप्त समाधिको अनुभूति जस्तो क्षणिक र विनाशी प्रकृतिका थिएनन्। आफूभित्रको 'म' रूपी अहं पनि पूर्णरूपमा विलय भएको थियो। देहबोध पूर्णरूपमा अनुपस्थित थियो। मात्र दृश्य, ज्ञान वा बोध शेष थियो।

आश्चर्यचकित भगवान्‌को स्थिति र जगत्‌को यथार्थ

निर्वाण प्राप्तिपश्चात् भगवान् स्वयं निर्वाण क्षेत्रको यस अलौकिक र अवर्णनिय जीवन स्थितिबाट सुखदरूपमा आश्चर्यचकित भइरहनुभएको थियो। यो यति रहश्यमय थियो कि चित्त र देह क्षेत्रका संवेदनाहरूप्रति मनमा न राग न द्वेष (समभावी) विकास स्वभावको गर्न सकेको खण्डमा जीवनका सम्पूर्ण दुःख सँधैका लागि समाप्त भएर जान सक्थ्यो, जीवनमा निर्वाण प्राप्त भई सतत परमानन्दको स्थिति उपस्थित हुन सक्थ्यो, जीवनप्रति कृतज्ञताको हर्षाश्रु मात्र बगिरहने अवस्था प्राप्त हुन सक्थ्यो, प्रत्येक मनुष्य बुद्ध हुने सम्भावना थियो।

फेरि जगतको यथार्थ पृथक थियो, जगतका प्रत्येक मानिसको जीवनको यथार्थ पृथक थियो। संसारका हरेक मानिस प्रतिपल दुःखी, व्याकुल र अश्रुपूर्ण थिए। सबै रोइरहेका थिए, संसार दुःखमय थियो। सबै आ-आफ्नो जीवनमा आ-आफ्नै कारण दुःखी थिए। प्रकृतिको प्रतित्यसमुत्पाद नियमको बोध सँगै भगवान्‌लाई (प्रकृति) का शाश्वत नियमहरूका कारण मानिसले चित्तमा संस्कारहरूको उत्पत्ति र विस्तार प्राप्त गरिरहेका छन्। प्रतिक्षण दुःख प्राप्त गरिरहेका छन्। दुःखचक्र, भवचक्र (पुनर्जन्म) लोकचक्र (मृत्युपश्चात् विभिन्न लोकको यात्रा) प्राप्त गरिरहेका छन्, आदि सत्यको स्पष्ट बोध भयो।

यो अत्यन्त मर्मस्पर्शी थियो कि धम्मका शाश्वत नियमहरू मृत्युपश्चात् पनि चित्तमा उपस्थित विकारहरू क्रियाशील रहन्थे। मानिसको मृत्युपश्चात् पनि दुःखचक्रको अन्त थिएन। चित्तका विकारहरू पूर्णरूपमा नष्ट नभएसम्म अनेक कल्पसम्म मनुष्यको जीवनस्थिति दुःखपूर्ण नै थियो। यो स्थिति अत्यन्त भयावह प्रतीत हुन्थ्यो।

निर्वाणको प्रथम सप्ताह भगवान्ले बन्धन र निर्वाणको दृष्टिले अत्यन्त महत्वपूर्ण धम्मको शाश्वत नियम प्रतित्यसमुत्पादको पटकपटक अवलोकन, विश्लेषण र चिन्तन गरिरहनुभयो किनकि, यस नियम र प्रकृतिका अन्य शाश्वत नियमलाई नबुझी बन्धन र निर्वाणको प्रक्रिया बुझ्नै असम्भव थियो, निर्वाण साधनाका साधकलाई निर्वाण प्राप्त गर्न असम्भव थियो।

अन्ततः पटकपटकको चिन्तनपश्चात् निर्वाणको प्रथम सप्ताहमा भगवानले दुःख र दुःखको कारण (प्रतित्यसमुत्पादको अनुलोम सत्य) तथा दुःख निरोध र दुःख निरोधको मार्गरूपी (प्रतित्यसमुत्पादको प्रतिलोम सत्य) प्रति पूर्णरूपमा स्पष्ट हुनुभयो। प्रतित्य समुत्पादको अनुलोम र प्रतिलोम सत्यप्रति स्पष्ट भएपछि भगवान्लाई यो जगतको कुनै पनि मानिसले देह र चित्तमा उत्पन्न हुने संवेदनालाई नभोगीकन, यि संवेदनाप्रति समभावी स्वभावको विकास गर्न सक्यो भने धम्मका श्वाशत नियमहरूको कारण अवश्य निर्वाण प्राप्त गर्न सक्दछ भन्ने सत्यको पनि स्पष्ट बोध भयो।

यो क्षण भगवान्ले सम्बोधि प्राप्त गर्नुभएको क्षण मात्र थिएन अपितु संसारमा लुप्त भएको सत्य मोक्ष विद्यालाई पुनः सम्यक सम्बुद्धले निकै गहिराइबाट खोजेर निकाल्नुभएको क्षण थियो। संसारमा कैयौं युगपश्चात् सत्य मोक्ष विद्याको पुनर्जन्म भइरहेको क्षण थियो। निर्वाण अभिलाषी असङ्ख्य साधकलाई संसारको एक मात्र सत्य मोक्ष साधनाविधि (विपश्यना) को पुर्नप्राप्ति भएको क्षण थियो। निर्वाण साधनामा सत्य साधनामार्ग नै पहिल्याउन नसकी समय र जीवन बर्बाद हुनुपर्ने स्थितिको अन्त्य भएको क्षण थियो। यो एक युगान्तकारी घटना थियो।





२.१३. के हो प्रतित्यसमुत्पादको नियम ?

मानिसको जीवनमा धम्म वा प्रकृतिका ६ वटा शाश्वत नियम क्रियाशील छन्। निर्वाण साधनाका गम्भीर साधकका लागि प्रकृतिका यी ६ वटा शाश्वत नियमहरूका व्याख्या यसै पुस्तकको परिशिष्टमा राखिएको छ। मानिसको जीवनमा क्रियाशील प्रकृतिका यी छ शाश्वत नियममध्ये एउटा नियमको नाम हो प्रतित्यसमुत्पाद। मानिसले जीवनमा रोपेको एक संस्कारबीजको शृङ्खलाबद्धरूपमा अनेकन् परिणामहरू प्रदान गर्ने हुनाले यस नियमलाई "महानियम" पनि मान्न सकिन्छ।

प्रतित्यसमुत्पाद तपाईंको जीवनमा क्रियाशिल धम्म वा प्रकृतिको एउटा यस्तो शक्तिशाली शाश्वत नियम हो, जुन नियमले तपाईंको जीवन सत्तामा रोपीएको एउटा कारण (बीज)को एकपल्ट मात्र फल (परिणाम) दिएर समाप्त नभई यस नियमले तत्क्षण त्यस फल (परिणाम) लाई बीज (कारण) मा परिवर्तन गरी कारण-परिणाम-कारण-परिणाम वा बीज-फल-बीज-फल रुप एक शृङ्खला वा चक्र उत्पन्न गर्दै तपाईंको जीवनमा अनेक परिणाम दिँदै जान्छ। **प्रतित्यसमुत्पाद नियमलाई कारण र कार्यको नियम, कर्मफलको नियम, जस्तो बीज रोप्यो त्यस्तै फल प्राप्त हुने नियम पनि भनिन्छ।**

प्रतित्यसमुत्पादको शाश्वत नियम क्रियाशील रहेको जीवनमा जब तपाईंले छ वटा इन्द्रियहरू र तिनका विषयहरूका मिलनबाट उत्पन्न हुने दुःखद संवेदना (दुःखः, पिर, भय, निराशा, पश्चात्ताप आदि) र सुखद संवेदना (खुसी, हर्ष, आशा, सफलता आदि) लाई भोग गर्नुहुन्छ तब चित्तमा छिपेको धम्मको शाश्वत नियमका कारण तपाईंमा संस्कार (संवेदना भोग गर्ने स्वभाव) को जन्म हुन्छ।

जब यसरी तपाईंमा संस्कारबीज उत्पत्ति हुन्छ, त्यो स्थितिमा तपाईंको चित्तमा छिपेको प्रतित्यसमुत्पादको शाश्वत नियमले यस संस्कारबीजलाई प्राप्त गर्दछ। जब यस नियमले यसरी संस्कारबीज प्राप्त गर्दछ, यस नियमले एउटा संस्कारबीजको अनेक परिणाम चक्रीयरूपमा प्रदान गर्दै जान्छ। फलतः तपाईं अन्तहीन दुःखचक्र, लोकचक्र र भवचक्रमा फसिरहनुहुन्छ।

प्रतित्यसमुत्पादको शाश्वत नियमले कसरी तपाईंमा रोपिएका एउटा संस्कारबीजको अनेक परिणाम दिदै जान्छ ? भन्ने सत्यलाई भगवान् यसरी व्याख्या गर्नुहुन्छ-

अविज्जा- पच्चया सङ्खारा अर्थात् अविद्याका कारण संस्कार ।

सङखारा- पच्चया विञ्ञाणं अर्थात् संस्कारका कारण विज्ञान वा चित्तको आहार ।

विञ्ञाणं- पच्चया नाम रुपं अर्थात् विज्ञानका कारण नामरुप वा पुनर्जन्म

नामरुपं- पच्चया सलायतनं अर्थात् नामरुपका कारण छ इन्द्रिय ।

सलायतनं- पच्चया फस्सो अर्थात् ६ इन्द्रियका कारण विषय स्पर्श ।

फस्स- पच्चया वेदना अर्थात् स्पर्शका कारण वेदना वा संवेदना ।

वेदना- पच्चया तण्हा अर्थात् वेदना वा संवेदनाका कारण तृष्णा

तण्हा- पच्चया उपादानं अर्थात् तृष्णाका कारण उपादान वा आशक्ति

उपादानं- पच्चया भवो अर्थात् आशक्तिका कारण भव वा उत्पत्ति ।

भव- पच्चया जाति अर्थात् भवका कारण जन्म ।

जाति पच्चया जरा परण- शोक- परिदेक- दुःख- दोमन स्सूपायासा

सम्मवन्ति- अर्थात् जन्मका कारण वृद्धावस्था, मृत्यु, शोक, चिन्ता, दुःख ।

जब भगवान्ले माथि व्याख्या गरिएको प्रतित्यसमुत्पाद नियमको अनुलोम श्रृङ्खलाको एकएक कडीलाई जाँच्नुभयो, उहाँलाई किन मानिसको जीवनमा दुःखचक्र, भवचक्र, लोकचक्र उत्पत्ति भइरहेको छ भन्ने तथ्यको झन् झन् स्पष्टता प्राप्त हुँदै गयो। स्पष्ट थियो प्रतित्यसमुत्पादको शाश्वत नियमले संस्कार (संवेदना भोग गर्ने स्वभाव) विजहरू प्राप्त गरेको कारण नै मानिसमा दुख, दुखचक्र, भवचक्र आदि उत्पन्न भइरहेको थियो ।

प्रतित्यसमुत्पादको प्रतिलोम सत्य

जब भगवान् दुःख र दुःख समुदय (उत्पत्ति) को मूल कारणप्रति स्पष्ट हुनुभयो, ततपश्चात उहाँलाई संवेदनाहरूप्रति राग वा द्वेषरूपी प्रतिक्रिया





(अविद्या) को स्थानमा यी संवेदनाप्रति साक्षीभावपूर्ण अवलोकन (विपश्यना) गरेको खण्डमा प्रतित्यसमुत्पादको नियमलाई धर्मको पक्षमा उल्टाउन सकिन्छ भन्ने तथ्यको समेत स्पष्ट बोध भयो। धम्मको जून शाश्वत नियमले संस्कारबीज प्राप्त गरेकाले मानिसमा दुःखचक्र, भवचक्र, लोकचक्र उत्पत्ति भइरहेको थियो धम्मको त्यही नियममा विपश्यना साधनाद्वारा समभावी संस्कारबीज छरेर धम्मको यही नियमलाई दुःख नाश र निर्वाण प्राप्तिका पक्षमा क्रियाशील गराउँदै मानव जीवनमा धर्मचक्र उत्पत्ति गर्न सकिन्छ भन्ने तथ्य स्पष्ट भयो। **यथार्थमा धर्मचक्र प्रवर्तन भन्नु नै विपश्यना साधना विधिद्वारा प्रतित्यसमुत्पाद नियममा समभावको बीज छर्नु हो।** प्रतित्यसमुत्पादको यस प्रतिलोम सत्यलाई व्याख्या गर्दै भन्नुहुन्छ-

> **अविज्जाय त्वेव असेस् निराग निरोधा संङखार** अर्थात् अविधा निरोधका कारण, संस्कार निरोध।
>
> **सङखार निरोधा विञ्ञाण निरोध** अर्थात् संस्कार निरोधका कारण विज्ञान निरोध।
>
> **विञ्ञाण निरोधा नाम रुप निरोध** अर्थात् विज्ञान निरोधका कारण नामरूप निरोध।
>
> **नामरुप निरोध पस्स निरोधो** अर्थात् नामरूप निरोधका कारण ६ वटा इन्द्रियको निरोध।
>
> **सलापतन निरोधा फस्स निरोधो** अर्थात् ६ वटा इन्द्रिय निरोधका कारण विषय स्पर्शको निरोध।
>
> **फस्स निरोधा वेदना निरोधो** अर्थात् विषय स्पर्श निरोधका कारण वेदना वा संवेदना उत्पत्तिको निरोध।
>
> **वेदना निरोधा तण्हा निरोधो** अर्थात् वेदना वा संवेदना निरोधका कारण तृष्णा उत्पत्तिको निरोध।
>
> **तृष्णा निरोधा उपादान निरोधो** अर्थात् तृष्णा उत्पत्ति निरोधका कारण उपादान वा आशक्ति उत्पत्तिको निरोध।
>
> **उपादान निरोधा भव निरोधो** अर्थात् आशक्ति उत्पत्तिको निरोधका कारण भव (उत्पत्ति) निरोध।
>
> **भव निरोधा जाति निरोधो** अर्थात् भव निरोधका कारण पुनर्जन्मको निरोध।
>
> **जाति निरोधा जरामरण शोक परिदेव ढुक्क दोमन स्सूपायासा**

निरुज्झन्ति । एवमेतस्स केवलस्स दुक्खक्खन्धस्स निरोधो होती त्रि ।

अर्थात् पुनर्जन्म (बीज) निरोधका कारण वृद्धावस्था, मृत्यु, शोक, व्याकुलता, दुःख आदि चित्तविकार, चित्तको निरोध वा निर्वाण अवस्थाको प्राप्ति ।

निर्वाण साधनाका साधकहरूलाई थप प्रष्ट हुनका लागि प्रतित्यसमुत्पाद नियमको व्याख्या यसै पुस्तकको परिशिष्टमा राखिएको छ ।







अध्याय : तीन

भगवानद्वारा धर्मचक्र प्रवर्तन गर्ने निर्णय

३.१. निर्वाणपश्चात् भगवानको स्थिति

निर्वाणको झण्डै सात सप्ताहसम्म भगवान् मुक्तिको दिव्य सुखको अनुभूति गरिरहनुभयो। अविनाशी परमशान्ति, परमआनन्दको जुन मूल जीवनको आन्तरिक प्रदेशमा फुटिरहेको थियो त्यो अकल्पनीय थियो। ती दिनमा भगवानले धम्मका शाश्वत नियमहरू मूलतः प्रतित्यसमुत्पादको अदृश्य रहस्यमय चक्रीय नियम र अविद्याका कारण मानिसले प्राप्त गरिरहेका दुःखचक्रमाथि बारम्बार दृष्टि दिइरहनु भयो। धम्मको शाश्वत नियमका कारण उत्पन्न दुःख चक्रमा पिल्सिएर प्रतिपल दुःखी, व्याकुल बनिरहेका मानिस र ती मानिसका जीवनमा छिपेको निर्वाणको सम्भावना, चार आर्य सत्य, अष्टाङ्गमार्ग आदि विषयमाथि पटकपटक चिन्तन गरिरहनुभयो। अन्ततः भगवान् यी सम्पूर्ण विषयहरूप्रति पूर्णरूपमा स्पष्ट हुनुभयो।

निर्वाणपश्चात्का यी दिनमा भगवानका मनमा दुःखमा डुबिरहेका संसारका सम्पूर्ण मानिसप्रति प्रेम, करुणा र दयाका भाव उर्लिरहेका थिए। भगवान् यस आर्य अष्टाङ्गमार्गरूपी सत्य मोक्ष विद्यालाई जति सम्भव हुन्छ त्यति चाँडो मानिसहरूका माझ बाँड्न चाहनुहुन्थ्यो। उहाँ यथाशीघ्र धर्मचक्र प्रवर्तन गर्न चाहनुहुन्थ्यो। मानिसहरू दुःखबाट मुक्त भएको हेर्न चाहनुहुन्थ्यो। उता भगवानको मनमा द्विविधाका भावहरू पनि उठिरहेका थिए किनकि यो विद्या अत्यन्त सूक्ष्म थियो। यस साधनाविधिलाई साधारण मानिसले बुझ्न र साधनामा उतार्न अत्यन्त कठिन थियो। यो आन्तरिक

साधना यात्रा थियो। साधनाद्वारा जब आन्तरिक रूपान्तरणको प्रक्रिया प्रारम्भ हुन्थ्यो ततपश्चात आन्तरिक रूपान्तरणको प्रक्रियालाई बुझ्न वा ठम्याउन अत्यन्त कठीन थियो। साधनाका अनुभूतिलाई आधार बनाएर साधनालाई मध्यमार्गमा डोऱ्याउँदै अन्तिम लक्ष्यसम्म पुऱ्याउन अत्यन्त दुरुह थियो। यस निर्वाण साधनाको सफलताका लागि सूक्ष्म आन्तरिक दृष्टि चाहिन्थ्यो, दीर्घकालीन धैर्य र साहस चाहिन्थ्यो।

साधना सूक्ष्म वा गहन हुनुमात्र निर्वाण साधनाको समस्या थिएन। निर्वाण साधनाका अन्य बाधा पनि थिए। यि बाधाहरू पाइला पाइलामै थिए। ती वाधा आफ्नै निर्वाणप्रतिका धारणाहरूदेखि साधनाकालमा जन्मने अनेक प्रकारका अनुभूति नै थिए। यी सम्पूर्ण भास वा दलदलका माझ साधनालाई जोगाएर निर्वाणको लक्ष्यमा पुऱ्याउन सहज थिएन। साधकहरू जागरुकता र प्रज्ञाको स्थितिबाट कुनै पनि क्षण च्युत हुन सक्थे। प्रतित्यसमुत्पादको नियम साधनाकालमा पनि दुःखचक्र, भवचक्र, लोकचक्रकै पक्षमा क्रियाशील हुन सक्थ्यो।

निर्वाणपश्चात्का ती दिनमा भगवान् एकातर्फ सम्पूर्ण प्राणीप्रति करुणा र अर्कोतर्फ साधनाको सूक्ष्मता, जटिलता, मानिसहरूको सांसारिक विषयहरूप्रतिको आशक्ति आदिका माझ द्विविधापूर्ण स्थितिमा परिरहनुभयो। यसरी द्विविधापूर्ण भएको अवस्थामा भगवान् सोच्नुहुन्थ्यो कि मैले एक गम्भीर, दूरदर्शी, दुर्ज्ञेय, शान्त, उत्तम तर्कबाट अप्राप्य, निपुण पण्डितद्वारा मात्र जान्न योग्य यस धर्मलाई प्राप्त गरेको छु। यो जनता (मानिसहरू) जो काम तृष्णामा रमण गर्ने स्वभावका छन्। कामभोगमा रत (लागेका) छन्। पूर्णतः सांसारिक वृत्तिका छन्। काममा रमण गर्ने यी मानिसले यस्तो जटिल कार्य-कारण-कार्यरूपी प्रतित्यसमुत्पादको शाश्वत नियमलाई सजिलैसँग बुझ्न सक्ने छैनन्। सम्पूर्ण संस्कार शमन (विनाश), सम्पूर्ण तृष्णाको परित्याग, साधनाद्वारा तृष्णा क्षय, वितराग, वितद्वेष, वितमोह र निर्वाण प्राप्ति पनि अत्यन्त कठिन प्रकृतिको छ। यो कठीन साधनालाई सिद्ध गर्न दीर्घकालीन परिश्रम, जागरुकता र प्रज्ञाभावको आवश्यकता पर्छ। यदि मैले यस सत्य धर्मको उपदेश दिएँ र मानिसले यस धर्मलाई बुझ्न





सकेनन् भने मेरा लागि अत्यन्त पीडाजनक कार्य हुनेछ। योभन्दा राम्रो त यही हुनेछ कि आफैँ निर्वाणको आनन्दमा डुबिरहुँ ।

बुद्ध साहित्यहरूमा भनिएको छ कि यसरी भगवान् द्वन्द्वपूर्ण मनस्थितिबाट गुज्रिरहनुभएको समयमा ब्रह्मलोकबाट समापति ब्रह्मा स्वयं उपस्थित भएर भगवान्सँग प्रार्थना गर्दै भन्नु भएको थियो कि हे भगवान् ! यो सत्य धर्मको उपदेश दिनुहोस्। किनकि यस संसारमा चित्तमा अल्पमल (विकार) भएका मानिस पनि छन्, तीक्ष्ण बुद्धि भएका साधकहरू पनि छन्, विद्या ग्रहण गर्न सक्षम विद्वान्हरू पनि छन्। मोक्ष साधनामा वर्षौंदेखि प्रयासरत उच्चस्तरका साधकहरू पनि छन्। सत्य धर्मलाई नसुनेमा यी साधकहरू नष्ट हुनेछन्। केही साधक त यस्ता पनि छन् कि जसको अन्धकार (अविद्या) को पर्दा निकै पातलो छ। तिनीहरूले यस सत्य धर्मलाई तुरुन्तै बुझ्नेछन्, ग्रहण गर्नेछन्। उनीहरूको उद्धार हुनेछ। भगवान् आफैँ पनि साधनाको लामो सङ्घर्षपूर्ण मार्गबाट निर्वाणको स्थितिसम्म आइपुग्नुभएको थियो । उहाँ स्वयंले पनि तीक्ष्ण, जागरुक, उच्चस्तरका साधकलाई भेट्नुभएको थियो । गुरु कालम, उद्धक रामपुत्त आदि यही श्रेणीका साधक हुनुहुन्थ्यो ।

अन्ततः भगवान्‌बाट धर्मचक्र प्रवर्तन गर्ने निर्णय

अन्ततः भगवान् द्विविधाबाट बाहिर आउनुभयो करुणामय नेत्रले संसारलाई हेर्नुभयो। दुःख, व्याकुलता, भय, आँसुमा डुबिरहेका मानिसहरूको जीवनलाई हेर्नुभयो। दुःखचक्र, भवचक्र, लोकचक्रमा पिल्सिरहेका मानिसका आर्तनादमाथि ध्यान दिनुभयो । मनुष्यमा छिपेको बुद्धत्वको सम्भावनाप्रति पनि दृष्टि दिनुभयो। अन्ततः एक लामो चिन्तनपश्चात् भगवान्‌ले धर्मचक्र प्रवर्तन गर्ने निर्णय गर्नुभयो। जब भगवान्‌ले धर्मचक्र प्रवर्तन गर्ने निर्णय लिनुभयो तब उहाँले ब्रह्मालाई भन्नुभयो- 'कान हुने (सुन्ने) हरूका लागि अमृतको द्वार खुलेको छ।'

भगवान्‌द्वारा धर्म ग्रहण गर्न योग्य पात्रका खोजी

धर्मचक्र प्रवर्तनको निर्णयसँगै भगवान्‌को दृष्टि यस विद्या ग्रहण गर्न योग्य पात्रहरूप्रति गयो । निर्वाण अत्यन्त सूक्ष्म विद्या थियो । यस विद्यालाई

गहिराईमा बुझेर विधिपूर्वक साधनामा उतार्न साधकमा अत्यन्त कुशाग्र बुद्धि, तीक्ष्ण दृष्टि र आध्यात्मिक पात्रत्वको आवश्यकता पर्थ्यो । भगवान् धर्मचक्र प्रवर्तनका लागि योग्य ती पात्रहरूप्रति दृष्टि दिन थाल्नुभयो, जो यो विद्या (साधनाविधि) को अर्थ, मर्म आदिलाई बुझ्न र ग्रहण गर्न समर्थ थिए, जो निर्वाण साधनामा वर्षौंदेखि साधनारत थिए, जसले आध्यात्मिक सम्पदा विस्तार गरे पनि सत्य मोक्षमार्ग पहिल्याउन नसकेका कारण निर्वाण प्राप्त गर्न असमर्थ थिए, जसले गहन विधिलाई साधनामा उतारेर निर्वाण प्राप्त गर्न सक्ने पात्रत्व वा क्षमता विकास गरिसकेको थिए, जसलाई यस सत्य विद्या प्राप्त भए कल्याण हुन सक्थ्यो वा निर्वाण प्राप्ति हुन सक्थ्यो । यस क्रममा सर्वप्रथम भगवान्‌को मनमा गुरु आलार कालमको सम्झना भयो, जो ध्यानको सातौं वा उच्चतहका साधक हुनुहुन्थ्यो, तैपनि मोक्ष प्राप्त गर्न असमर्थ हुनुहुन्थ्यो ।

भगवान्‌को मनमा यस्तो विचार उठ्यो कि यी पण्डित, चतुर, मेधावी, उच्च साधक, अनि चीरकालदेखि अल्प चित्तविकारयुक्त छन् । त्यसैले पहिले किन यिनैलाई धर्म उपदेश नदिउँ ? जब भगवान्‌ले अन्तर्दृष्टिद्वारा गुरु कालमलाई खोज्नुभयो तर गुरु कालमको एक सप्ताह अगावै मृत्यु भइसकेको थियो । उहाँको स्थूल देह संसारबाट सधैंको लागि विलीन भइसकेको थियो । वहाँ अरूप ब्रह्मलोकमा जन्मिसक्नुभएको थियो । अरुप ब्रह्मलोकका प्राणीहरूमा देह हुँदैनथ्यो । भगवान्‌ले प्रतिपादन गर्नुभएको आर्य अष्टाङ्गमार्ग (विपश्यना) साधनाका लागि देहको आवश्यकता थियो किनकि यो साधना देह र चित्तको क्षेत्रमा उत्पन्न हुने संवेदनामाथि गरिन्थ्यो ।

जब भगवान्‌लाई गुरु कालमकोमृत्यु भइसकेको तथ्य अवगत भयो तब वहाँले उद्धक रामपुत्तलाई सम्झिनुभयो । प्रथम धर्म उपदेशका लागि गुरु रामपुत्त योग्य हुनुहुन्थ्यो किनकि उहाँ ध्यानको उच्च अवस्था वा आठौं ध्यानको स्थिति प्राप्त साधक हुनुहुन्थ्यो । उहाँमा भगवान्‌को धर्मलाई सहजै बुझ्ने र साधनामा उतार्ने क्षमता विकास भइसकेको थियो । भगवान्‌ले जब अन्तदृर्ष्टिले उद्धक रामपुत्तलाई खोज्नुभयो, उहाँलाई बोध भयो कि उद्धक रामपुत्तको पनि एक रात





अगाडि नै मृत्यु भइसकेको थियो। उहाँ पनि अरूप ब्रह्मलोकमा जन्मिसक्नुभएको थियो।

३.२. पञ्चवर्गीय भिक्षुहरूको स्मरण

त्यसपछि प्रथम धर्मचक्र प्रवर्तनका लागि योग्य पात्रको खोजी गर्ने क्रममा भगवान्ले पञ्चवर्गीय भिक्षुहरूलाई सम्झनुभयो। विद्वान् ब्राह्मण कौडिन्यसहित ती पाँच मोक्ष प्यासी भिक्षुहरूको स्मरण गर्नुभयो। भगवान्लाई जब निर्वाण प्राप्त हुनेछ अनि यो मोक्ष विद्या आफूहरूलाई पनि प्राप्त हुनेछ भन्ने आशाले यी भिक्षु लामो समयसम्म भगवान्सँगै साधनारत थिए तर। जब, भगवान्ले देहनाशक तपस्याको असफलता पश्चात् भोजन ग्रहण गर्न प्रारम्भ गर्नुभयो, ती पञ्चवर्गीय भिक्षुहरूले भगवान्लाई साधना भ्रष्टको संज्ञा दिँदै उहाँलाई निर्वाण प्राप्त हुने छैन भन्ने निष्कर्ष निकाली उहाँलाई त्यागेर स्वसाधनाका लागि अज्ञात प्रदेशतर्फ लागेका थिए।

जब भगवान्ले यी पञ्चवर्गीय भिक्षुहरूलाई अन्तदृर्ष्टिले खोज्नुभयो,। यी पाँच भिक्षु वाराणसी समीपको ऋषिपतन भन्ने स्थानको मृगदाय नामक वनमा मोक्ष प्राप्तिका लागि साधना गरिरहेको अवस्थामा देख्नुभयो। यी भिक्षुहरूमा निर्वाण खोजको सत्य प्यास र ध्यान साधनाको दीर्घकालीन अभ्यासको इतिहास थियो। भगवान्लाई लाग्यो कि यी पञ्चवर्गीय भिक्षुहरूमा प्रतित्यसमुत्पादको नियममा आधारित यस सूक्ष्म धर्म विद्यालाई बुझ्ने, ग्रहण गर्ने र साधनामा उतार्ने क्षमता विकास भइसकेको छ। जब यिनीहरूले यस धर्म विद्यालाई प्राप्त गर्नेछन् तब उनीहरूको अवश्य कल्याण हुनेछ, यिनीहरूका मोक्षको प्यास सँधैका लागि समाप्त हुनेछ। त्यसैले भगवान्ले तिनै पञ्चवर्गीय भिक्षुहरूलाई प्रथम धर्म उपदेश दिने निर्णय गर्नुभयो, संसारमा लामो युगपश्चात् धर्मचक्र प्रवर्तन गर्ने निर्णय गर्नुभयो, समयको धारामा विविध कारणले लुप्त वा अपभ्रंश हुन पुगेको सत्य मोक्ष विद्यालाई पुनर्स्थापना गर्ने निश्चय गर्नुभयो र उनीहरूलाई खोज्दै वाराणसीतर्फ जानुभयो।

३.३. उपक आजीवनसँग भेट

जब भगवान् पञ्चवर्गीय भिक्षुहरूलाई खोज्दै वनारसतर्फ गइरहनु भएको थियो यात्राको क्रममा भगवान्को भेट एक जना नग्न (नागा) साधुसँग भयो। ती नग्न साधुको खोज पनि सत्य कै खोज थियो। उनी पनि निर्वाण प्राप्तिकै लागि प्रजवित बनेका थिए, घर परिवार त्यागेर सन्यासी जीवन ग्रहण गरेका थिए।

मोक्ष खोजकै कारण अनेक समूह र सम्प्रदायमा विभाजित तत्कालीन भारतवर्षका विभिन्न समूहमध्ये नागा साधु समुदाय एक थियो। यी नग्न साधुहरू जाडो, गर्मी, वर्षा केही नभनी प्रायः नग्न रहन्थे र शरीरलाई अनेक किसिमका यातना दिन्थे। मोक्ष साधनाकै नाममा शरीरलाई अनेक यातना दिने गरेकाले उनीहरू शारीरिकरूपमा अत्यन्त दुर्बल, रोगी, कान्तिहीन र आकर्षणहीन थिए।

जब ती नग्न साधुले अत्यन्त सुन्दर, स्वस्थ, शान्त, शौम्य, शुद्ध चित्त र निर्वाणको तेजले दिप्त मुहार भएका भगवान् बुद्धलाई देखे। उनी भगवान्को सौन्दर्यबाट प्रभावित भए। तत्पश्चात् तिनले भगवान् कुन सम्प्रदायसँग सम्बन्धित हुनुहुन्छ? भगवान्को गुरु को हुनुहुन्छ? भन्नेजस्ता कुरा जान्न चाहे। त्यस समयको भारत वर्षमा धर्म, ईश्वर, गुरु, सम्प्रदाय विना मोक्ष प्राप्त हुन सक्छ भन्ने विचार कल्पना बाहिरको थियो। यस्तो धारणा वर्तमान समयमा पनि व्याप्त छ। तिनले भगवान्लाई सोधे- 'आयुष्मान्! तपाईका इन्द्रियहरू निर्मल छन्, प्रशन्न छन्, अनुहारको वर्ण पनि कान्तिमय छ, शुद्ध, दिव्य र उज्वल छ। तपाई कसलाई गुरु मानेर प्रजवित हुनुभएको हो ? तपाईंको गुरु को हो ?'

भगवान्ले नागा साधुलाई प्रत्युत्तर दिंदै भन्नुभयो- 'मेरो गुरु कोही छैन, संसारमा अरहत हुँ, अपूर्व शास्ता (गुरु) हुँ, एक सम्यक सम्बुद्ध, शीतल, तथा निर्वाण प्राप्त पुरुष हुँ र धर्मचक्र प्रवर्तनका लागि ब्राह्मणहरूका नगरी काशीतर्फ जाँदैछु।

३.४. भगवान् र पञ्चवर्गीय भिक्षुहरूको भेट

यसरी भगवान् क्रमशः यात्रा गर्दै वाराणसी ऋषिपतन मृगदायमा





आइपुग्नुभयो, जहाँ पञ्चवर्गीय भिक्षुहरू निर्वाण प्राप्तिका लागि साधनारत थिए। जब पञ्चवर्गीय भिक्षुहरूले भगवान्‌लाई आफूहरूतर्फ आइरहेको देखे तब उनीहरूलाई भगवान्‌को भोजन ग्रहण (भोग), साधना भ्रष्टता, स्वयंको व्यर्थ प्रतिक्षाका क्षणहरू, आफ्ना कुठाराघात भएका विश्वासका स्मृतिहरू सजिव भएर आए। साथै उनीहरूका मनमा भगवानप्रति रोषका भावनाहरू पनि सल्बलाए। उनीहरूले आपसमा के सल्लाह गरे भने बाहुलिक (धेरै भौतिक वस्तु सङ्ग्रह गर्ने व्यक्ति), साधना भ्रष्ट, बाहुल्यपरायण (भौतिक वस्तु सङ्ग्रहप्रति झुकेको वा परायण व्यक्ति), श्रवण गौतम हामीतर्फ आइरहेका छन्। हामीले उनलाई अभिवादन गर्नुहुँदैन। न उनको सत्कारका लागि नै उभिनु पर्छ न त उनको पात्र चीवर नै लिइदिनु पर्छ। मात्र आसन राखिदिनु पर्छ। इच्छा भए त्यही आसनमा बस्न सक्नेछन्।

जतिजति भगवान् पञ्चवर्गीय भिक्षुहरूतर्फ जानुहुन्थ्यो त्यतित्यति भगवान्‌को सुन्दर रूप, सौन्दर्य, शुद्ध निर्मल चित्तका किरण फुटिरहेका दिप्त, स्वच्छ, आभापूर्ण, गुलाफी रङ्गको अनुहार, स्वतन्त्रतापूर्वक छोडिएका सुन्दर हातहरू, शान्त र आत्मविश्वासपूर्ण गति आदिलाई देखेर पञ्चवर्गीय भिक्षुहरू प्रभावित हुँदै गए। जब भगवान् नजिकै आइपुग्नुभयो तब दिव्य आध्यात्मिक आभायुक्त भगवान्‌को अगाडि उनीहरूका प्रतिज्ञा कमजोर हुँदै गयो। भगवान्‌को समग्र व्यक्तित्व बोलिरहेको थियो। उनीहरू भगवान्‌को आध्यात्मिक उर्जा अगाडि निस्तेज हुँदै गए र उनीहरूमध्ये एक भिक्षुले अगाडि सरेर भगवान्‌को पात्र-चीवरलाई समाले। अर्कोले आसनमा बसाले। अर्कोले पाउ धुनका लागि जल, पिर्का र मयल रगड्ने काठको लठ्ठी राखिदिए। भगवान्‌ले आसन ग्रहण गर्नुभयो।

भगवान्‌लाई यसरी सम्मानपूर्वक आसन ग्रहण गराइसकेपछि पञ्चवर्गीय भिक्षुहरूले भगवान्‌लाई आबुस (आयुष्मान्) शब्दले सम्बोधन गरे। आबुस एक आदरार्थी शब्द थियो, जुन समान मित्रहरूमाझ प्रयोग गरिन्थ्यो। यस शब्दको गहिराइमा छिपेको भाव के थियो भने हामीहरू मित्र हौँ। अथवा तपाईं हामी समानस्तरका मित्र हौँ। भगवान्‌को तीक्ष्ण दृष्टिमा पञ्चवर्गीय भिक्षुहरूको यस शब्दमा छिपेका भाव छिप्न सकेन।

भगवान् संसारको मान सम्मानको तृष्णाबाट धेरैमाथि उठिसक्नुभएको थियो। मान, सम्मान आदि जस्ता संसारका मिथ्या बन्धनहरूले पूर्ण जागरुकतामा स्थित भगवान्लाई स्पर्शसम्म गर्न सक्दैनथ्यो।

तर जब धर्म शिक्षा प्रदान गरिन्थ्यो, त्यो क्षणमा धर्म प्रदान गर्ने गुरुको स्थिति र शिष्य (साधक) को स्थिति समान भएमा धर्म ग्रहण गर्ने प्रक्रियामै प्रभाव पार्न सक्थ्यो। साधकको मनमा गुरुप्रतिको श्रद्धा अनुपस्थित हुन पुग्दा धर्म शिक्षाको ग्रहणशीलता ह्रास भएर जान्थ्यो। शिष्य शिक्षा ग्रहण गर्न असमर्थ रहन्थ्यो। यसैले भगवान्ले यस शब्दको विपक्षमा मत राख्दै भन्नुभयो- 'भिक्षुहरू! तथागत (बुद्धले आफैँलाई सम्बोधन गर्ने शब्द) लाई आबुस नामबाट सम्बोधन नगर। तथागत अरहत सम्यक सम्बुद्ध हुनुहुन्छ। यता कान (ध्यान) देऊ, मैले जुन अमृतलाई पाएको छु तिमीहरूलाई त्यो अमृत पद प्राप्त गर्ने धर्म शिक्षाको उपदेश दिन्छु। यदि मेरो उपदेशअनुसार आचरण गरेमा जसका लागि तिमी कुलपुत्रहरू घर त्यागेर सन्यासी भएका छौ, त्यो अनुत्तम अमृत फल वा निर्वाण यही जन्ममा, शीघ्र र आफैँले जानेर साक्षात्कार गर्नेछौ।'

फेरि भगवान्का शब्दहरूमा यी भिक्षु विश्वस्त हुन सकेनन्। उनीहरूमा अझै भगवान्को भोजन ग्रहणरूपी भोग, साधना भ्रष्टता, व्यर्थ प्रतिक्षा आदि स्मृति जीवित थिए। भगवान्का शब्दहरूको प्रत्युत्तरमा उनीहरूले भने- 'आबस गौतम! त्यो साधना, त्यो धारणा, त्यो दुष्कर तपस्यामा पनि तपाईंले आर्य ज्ञान दर्शनको पाराकाष्ठा (निर्वाण) र उत्तम मनुष्य धर्म (दिव्य शक्ति) प्राप्त गर्न सक्नुभएन। फेरि अब बाहुलिक, साधना भ्रष्ट, बाहुल्य परायण तपाईंले कसरी आर्य ज्ञान दर्शनको पाराकाष्ठा, उत्तम मनुष्य धर्म प्राप्त गर्नुभयो ?'

भगवान्ले प्रत्युत्तर दिँदै भन्नुभयो- 'भिक्षुहरू! तथागत बाहुलिक हुनुहुन्न। न साधना भ्रष्ट हुनुहुन्छ। न बाहुल्य परायण नै हुनुहुन्छ। तथागत अरहत सम्यक सम्बुद्ध हुनुहुन्छ।' त्यसपछि भगवान्ले तिनै शब्द दोहोऱ्याउँदै भन्नुभयो- 'यता कान (ध्यान) देऊ। मैले जुन अमृतलाई पाएको छु। तिमीहरूलाई त्यो अमृत पद प्राप्त गर्ने धर्म शिक्षाको उपदेश दिन्छु। यदि मेरो उपदेशअनुसार आचरण गऱ्यौ भने जुन उद्देश्यका





लागि तिमी कुलपुत्रहरू घर त्यागेर सन्यासी भएका छौ, त्यो अनुत्तम अमृत फल वा निर्वाण यही जन्ममा शीघ्र र आफैँले जानेर साक्षात्कार गर्नेछौ।' फेरि पनि पञ्चवर्गीय भिक्षुहरूले तीन पटकसम्म भगवान्‌को बाहुलिकता, साधना भ्रष्टता, बाहुल्य परायणताका बारेमा प्रश्नह उठाइरहे, भगवान्‌को म सम्यक सम्बुद्ध हुँ, मैले अमृत पाएको छु, जसले मेरो उपदेशअनुसार आचरण गर्दछ उसले यही जन्ममा नै निर्वाण प्राप्त गर्नेछ भन्ने भनाइप्रति अविश्वास प्रकट गरिरहे।

अन्ततः भगवान्‌ले ती पञ्चवर्गीय भिक्षुहरूलाई सोध्नुभयो- 'हे भिक्षुहरू! के मैले यसभन्दा अगाडि तिमीहरूलाई "मैले अमृतलाई पाएको छु", "म सम्यक सम्बुद्ध हुँ", "मेरो विद्यालाई विधिपूर्वक साधनामा उतारेको खण्डमा मोक्षलाई आफैँले जानेर साक्षात्कार गर्नेछौ भन्ने जस्ता कुरा कहिल्यै भनेको थिएँ र?'

प्रष्ट थियो जबसम्म भगवान् आफैँलाई निर्वाण प्राप्त भएको थिएन, सत्य बोध भएको थिएन तबसम्म उहाँ साधनामा नै लीन हुनुहुन्थ्यो। त्यो स्थितिसम्म कसैलाई पनि आफ्नो साधनाको चर्चासम्म पनि गर्नुभएको थिएन। कतै पनि गुरु बन्न वा गुरुत्व प्रदर्शन गर्ने प्रयास गर्नुभएको थिएन किनकि आफैँले अनुभूति नगरेको अप्रमाणिक मोक्ष विद्यालाई मोक्ष विद्या भनेर बाँड्नु आफैँमा अधर्म, असत्य, बेइमानी र धोका थियो। यो आफैँप्रतिको मात्र धोका थिएन आफूलाई विश्वास गर्ने असङ्ख्य शिष्यहरूका श्रद्धाप्रति पनि बेइमानी, धोका र कुठाराघात थियो।

भगवान्‌ले मोक्ष प्राप्त गर्नुअघि कैयौँ यस्ता गुरुत्वबाट प्राप्त हुने सम्मानका प्यासी गुरुहरूलाई भेट्नुभएको थियो, जो आफैँले प्रमाणित नगरेको साधनाविधिलाई सत्य मोक्ष साधनाविधिका रूपमा बाँडिरहेका थिए, जसका कारणअसङ्ख्य साधक साधना सङ्घर्षमा फसिरहेका थिए। मानसिक, शारीरिक, आध्यात्मिकरूपमा विक्षिप्त, मलीन र कमजोर बनेका थिए। मोक्षबाट झन्‌झन् टाढा पुगिरहेका थिए। भगवान्‌लाई असत्य साधनाविधिमा साधकले शारीरिक र मानसिक परिणाम प्राप्त गर्दछ भन्ने तथ्यको अनुभव प्राप्त थियो।

भगवान् सत्यवादी हुनुहुन्थ्यो। झुठो गुरुत्वको मोह उहाँको

जीवनमा अनुपस्थित थियो। यो तथ्यसँग पञ्चवर्गीय भिक्षुहरू पनि परिचित थिए। त्यसैले पञ्चवर्गीय भिक्षुहरूले सामूहिक स्वरमा भने- 'भन्ते ! तपाईंले यस अगाडि कहिल्यै मैले अमृतलाई पाएको छु, म सम्यक सम्बुद्ध हुँ आदि कुरा गर्नुभएको थिएन। यस्तो दावी पनि गर्नुभएको थिएन।' यति भन्दै पञ्चवर्गीय भिक्षुहरूले भगवान्का शब्दहरूमा विश्वास गरे, उहाँबाट धर्म उपदेश सुन्न तयार भए र धर्म उपदेश सुन्न भगवान्को वरिपरि बसे। अनि भगवान्ले पञ्चवर्गीय भिक्षुहरूलाई प्रथम धर्म उपदेश दिनुभयो, जुन धर्म चक्र प्रवर्तनको नामले विश्व प्रसिद्ध छ।

यो प्रथम धर्म उपदेशको क्षणदेखि भगवान्को महानिर्वाणको अन्तिम क्षणसम्म झण्डै पैतालीस वर्ष संसारमा सतत धर्म प्रवर्तनको चक्र चलाइरहनुभयो, धर्म, ईश्वर, गुरु, दर्शन आदिमा आधारिक सम्प्रदायहरूले बाँडिरहेका अपूर्ण,असत्य, भ्रामक, मिथ्या निर्वाण साधनाविधिलाई चिर्दै सत्य निर्वाण साधनाविधिको प्रचार गरिरहनुभयो। संसारको एकमात्र सत्य मोक्ष साधनाविधिलाई प्रचार गरिरहनुभयो। निर्वाण साधनाको अँध्यारो असत्य संसारमा सत्यको आलोक जगाइराख्नुभयो।

मोक्ष साधनाको सूक्ष्म मार्गलाई पहिल्याउन नसकी साधना सङ्घर्षमा फसिरहेका असङ्ख्य मोक्ष प्यासी साधकले भगवान् बुद्धको समयमा र त्यसपछिको समयमा पनि यही साधनाविधि (विपश्यना) द्वारा सत्य निर्वाण मार्ग पहिल्याएर मोक्ष प्राप्त गरे। वर्तमान समयमा पनि असङ्ख्य साधक, जो मोक्षका प्यासी हुनुहुन्छ, साधनामा सङ्घर्षरत हुनुहुन्छ, मोक्षको सूक्ष्म साधनामार्ग पहिल्याउन असमर्थ हुनुहुन्छ, भगवान् बुद्धले प्रवर्तन गर्नुभएको यस धर्म विद्याले अवश्य धर्मको मार्ग प्रदर्शन गर्ने छ, धर्म चक्षु जगाउनेछ। प्रमाणिकरूपमै निर्वाणरूपी अमृतमय जीवन स्थितिलाई प्राप्त गर्न सक्षम गराउनेछ।







अध्याय चार :

धर्म चक्र प्रवर्तन सुत्तको भाव व्याख्या

"एवं मे सुत्तं- एकं समयं भगवा बाराणसियं विहरति इसिपतने मिगदाये। तत्र खो भगवा पञ्चवग्गिये भिक्खू आमन्तेसि।"

अर्थात् मैले यस्तो सुनें। एक समय भगवान् वाराणसीको ऋषिपतन मृगदायमा विहार गर्नुहुन्थ्यो। त्यहाँ भगवान्ले पञ्चवर्गीय भिक्षुहरूलाई सम्बोधन गर्दै भन्नुभयो।

प्रसङ्गलाई ऋषिपतन मृगदायको अर्थबाट नै अघि बढाऊँ। आखिर किन यस स्थानलाई ऋषिपतन मृगदाय भनिएको थियो ? यो स्थानलाई कुन अर्थमा ऋषिपतन भनिएको थियो भने यहाँ पहिले ऋषिमुनिहरू, सम्यक सम्बुद्धहरू, जसले बुद्धत्व वा निर्वाण प्राप्त गरेका थिए, सिद्धि प्राप्त गरेका थिए, जो आकाशमार्गमा विचरण गर्ने क्षमता राख्थे ती ऋषिमुनिहरू विभिन्न लोकबाट समयसमयमा जब यस पृथिवी लोकमा आउँथे, उनीहरू यही पवित्र स्थानमा उत्रन्थे। ऋषिहरूको पतन वा उत्रने स्थान भएकोले यो स्थान ऋषिपतनको नामले प्रसिद्ध भयो।

बुद्धत्व प्राप्त ऋषिहरूको उपस्थितिको स्थान भएकाले यस क्षेत्रका जमिन, पर्वत, जङ्गल, वृक्ष, नदी वा समग्र वातावरणमा आध्यात्मिक उर्जाको तरङ्ग यति घना थियो कि हिंस्रक जनावरहरूसमेत यो भूमिमा आफ्नो स्वभाविक प्रवृत्तिलाई बिर्सेर विचरण गर्थे, शान्त र चुपचाप बस्थे। मृगहरू पनि भयरहित भई यत्रतत्र विचरण गर्ने स्थान भएकोले यस स्थानलाई मृगदाय पनि भनिन्थ्यो। त्यस पवित्र आध्यात्मिक

स्थानमा भगवान्‌ले पञ्चवर्गीय भिक्षुहरूलाई प्रथम धर्म उपदेशका लागि आमन्त्रण गर्नुभयो र उनीहरूलाई सम्बोधन गर्दै भन्नुभयो-

"द्वेमे, भिक्खवे, अन्ता पब्बजितेन न सेवितब्बा ।"

अर्थात् हे भिक्षुहरू ! यी दुई अतिलाई प्रजवितहरूले सेवन गर्नुहुँदैन ।

जब भगवान् निर्वाण प्राप्त गुरुको खोजीमा एकपछि अर्को गर्दै अनेक गुरु, सम्प्रदाय, आश्रम आदि स्थानको भ्रमण गरिरहनुभएको थियो । ती दिनमा भगवान्‌ले प्रजवित जीवन ग्रहण गरेर विभिन्न सम्प्रदायमा आबद्ध भई आश्रममा रहेर गृहस्थी जीवनको सुख भोगिरहेका धेरै साधकलाई देख्नुभएको थियो । ती साधकहरूले गृहस्थी छाडेका थिए तर गृहस्थी जीवनका सुखलाई भने छाडेका थिएनन् ।

ती साधकहरू आश्रममा रहेर पनि गृहस्थी जीवनमा जस्तै सांसारिकसुख, कामसुख आदिमा डुबिरहेका थिए । उनीहरू बाह्य आवरणमा सन्यासी त थिए तर लुकीलुकी वा खुलारूपमै पनि गृहस्थीसुख, कामसुख, मांसाहार, मादक वस्तु आदि सेवन गर्थे । प्रजवित जीवनमा पनि मनमा विकारको सङ्ग्रह र विस्तार गरिरहेका थिए । यी साधक जुन उद्देश्यले घर, गृहस्थी त्याग गरेका थिए त्यसबाट धेरै टाढा थिए । यही नै प्रथम अति थियो । यो प्रजवित जीवनको एक विषम स्थिति थियो ।

दोस्रो अति थियो- निर्वाण साधनाका नाममा दुष्कर देहपीडक तपस्या । जुन अतिमा साधकहरू देह, इन्द्रिय र मनलाई नियन्त्रण गर्न शरीरलाई अनेक पीडा, कष्ट दिइरहेका थिए । उनीहरूमध्ये कोही अत्यन्त अल्पहारी थिए, शरीरको प्राकृतिक आवश्यकताअनुरूप पनि भोजन ग्रहण गर्दैनथे । कोही साधक जाडो र गर्मी केही नभनी नग्न बस्थे । कोही निर्वाण साधनाको नाममा काँडामा सुत्ने, अग्निले शरीरलाई तताउने, हिउँमा खुला स्थानमा नुहाउने, एक खुट्टाले लामो समयसम्म उभिरहने जस्ता अत्यन्त पीडादायक साधना गर्थे।

यी दोस्रो अतिका साधक मोक्ष प्राप्तिका नाममा अनेक प्रकृतिका देहपीडक साधनामा व्यर्थ कष्ट उठाइरहेका थिए, शारीरिक, मानसिक



पीडाको अतिको स्थिति सृजना गरेर आफैँलाई कष्ट दिइरहेका थिए। भगवान् आफैँ पनि यस्तो देहपीडक तपस्याको भयानक अवस्थाबाट गुज्रिनुभएको थियो। अति दुष्कर तपस्याले कस्तो शारीरिक र मानसिक परिणाम दिन्छ भन्ने तथ्यप्रति उहाँ पूर्णरूपमा परिचित हुनुहुन्थ्यो। उहाँ आफैँ पनि मृत्युको समीप पुगेर फर्किनुभएको थियो।

जब भगवान्ले मध्यमार्गी साधनाबाट निर्वाण प्राप्त गर्नुभयो, जब भगवान्लाई प्रतित्यसमुत्पादको नियम स्पष्ट बोध भयो, उहाँलाई यी दुई अति साधनाका स्थितिमा धम्मका नियमहरूले कस्तो परिणाम प्रदान गर्दछन् भन्ने कुराको स्पष्ट ज्ञान भयो। स्पष्ट थियो निर्वाण साधनामा यी दुई अतिका परिणाम अत्यन्त भयावह थियो। यी दुवै अति साधनाका स्थितिमा साधकले धम्मको शाश्वत नियमका कारण बन्धन प्राप्त गर्दथे। तिनै बन्धनलाई झन्झन् बिस्तार गर्थे। आफ्नै लागि दुःखचक्र, भवचक्र, लोकचक्र सिर्जना गर्थे।

जब भगवान्ले भन्नुभयो सत्य खोजमा प्रजवित भएका साधकले दुई अतिका अवस्थालाई सेवन गर्नुहुँदैन। त्यसपछि पञ्चवर्गीय भिक्षुहरूमा स्वभाविकरूपमा यस्तो प्रश्न उठ्यो कि कुन दुई अति? त्यसपछि उनीहरूले सामूहिक स्वरमा भने-

''कतमे द्वे ?''

अर्थात् कुन दुई अति भन्ते ?

त्यसपछि उनीहरूको प्रश्नको उत्तर दिँदै भगवान्ले भन्नुभयो-

''यो चायं कामेसु कामसुखल्लिकानुयोगो हीनो गम्मो पोथुज्जनिको अनरियो अनत्थसंहितो।''

अर्थात् एक हीन, ग्रामीण (मूढ), पृथक जन, अनार्यसेवित, अनर्थले युक्त कामवासना, कामसुखमा लिप्त हुनु हो।

संसारका सम्पूर्ण सुखभोग व्यर्थ हुन्, मन र इन्दियभोगका कामना व्यर्थ हुन्। इन्दियभोगका कामनाहरूमा कामवासना र कामसुख झन् व्यर्थ हुन्। निर्वाण प्राप्तिका मूल अवरोध हुन् आदि विचारद्वारा प्रेरित भएर साधकले जब निर्वाणको महान् लक्ष्य प्राप्त गर्न गृहस्थी जीवनलाई त्याग गर्दछ वा गृहस्थी जीवनको सुखलाई छाडेर प्रजवित बन्छ। यसरी

संसारलाई छोडिसकेका साधक जब एक हीन, मूढ, अज्ञानी ग्रामीण मानिस, जो धर्ममार्गबाट पृथक जीवन बिताइरहेको छ, त्यस साधारण ग्रामीण मानिस जस्तै कामसुखको विचार, चिन्तन र कर्ममा प्रवेश गर्दछ, कामभोगमा डुब्छ, जुन कामसुखलाई निर्वाण साधनाको मूल अवरोध ठानेर प्रजवित जीवन ग्रहण गरेको थियो त्यही कामशक्तिद्वारा पराजित हुन पुग्छ, भगवान् भन्नुहुन्छ कि यही नै निर्वाण साधनाका साधकहरूको एक अतिको स्थिति हो ।

स्मरणरहोस्, भगवान्को समयमा जब साधकहरू निर्वाण प्राप्तिको ध्येयले घर, गृहस्थी त्याग गर्थे त्यसको लक्ष्य काम सुखको त्याग मात्र थिएन, गृहस्थी वा संसारका सम्पूर्ण प्रकारको सुख सुविधाका त्याग पनि थियो । यसरी प्रजवित बनेका साधकहरू साधारण जीवन यापन गर्थे । साधारण वस्त्र लगाउँथे, साधारण भोजन गर्थे, साधारण जीवन यापन गर्थे । ती साधकहरू गृहस्थीका सबै सुखलाई बाह्यरूपमै त्याग गर्थे, मनसहित सम्पूर्ण इन्द्रियका तृष्णा त्यागमा जोड दिन्थे । निर्वाण साधनाको शीलपक्षलाई इमान्दारिपूर्वक पालना गर्ने प्रयास गर्थे। साधनाको अविरल प्रयासद्वारा शीलपक्षलाई पुष्ट गर्थे। साधनाको शीलपक्ष पुष्ट नभएको स्थितिमा साधक साधनामा च्युत हुन्छ भन्ने तथ्यप्रति होशपूर्ण हुन्थे । भगवान् आफैँले साधकको शील पुष्ट होस् भन्ने उद्देश्यले सयौं शील निर्माण गर्नुभएको थियो । सबै साधकका जीवनमा इन्द्रियभोग त्याग, कामसुख त्याग आदि साधना उपस्थित थिए ।

जब तपाईं वर्तमान समयका आश्रम वा साधना स्थलहरूलाई अवलोकन गर्नुहुन्छ, यस्तो प्रतित हुन्छ कि प्रजवित जीवनको यस मूल मर्मलाई बिर्सन थालिएको छ। निर्वाण साधनाका नाममा जुन विहार, गुम्बा, मठ, आश्रम बनाइएका छन् त्यस्ता कैयौं साधना केन्द्रमा गृहस्थी जीवनका सबै सुविधा उपलव्ध हुने गरेका मात्र नभई विलासी जीवनका सुविधा पनि उपलब्ध छन् । कैयौं भिक्षु, सन्यासी, साधकहरू गृहस्थी त्यागपश्चात् यस्ता सुविधापूर्ण साधना केन्द्रमा बसेर गृहस्थीका सम्पूर्ण सुख सुविधालाई भोग गर्दै साधनारत छन् ।

यस्तो विलासीपूर्ण साधना भगवान्को आदर्श र प्रजवित जीवनको



मूल ध्येय, लक्ष्यबाट विचलित भएको प्रतीत हुन्छ। निवार्ण साधनाको विपरीत मार्गतर्फको गमनझैं प्रतीत हुन्छ। गृहस्थी त्यागिएको तर गृहस्थी जीवनका सुविधालाई त्याग नगरिएको यस्तो विलासपूर्ण साधना पनि एक अतिझैं प्रतीत हुन्छ।

"यो चायं अत्तकिलमथानुयोगो दुक्खो अनरियो अनत्थसंहितो।" अर्थात् यो दुःखमय, अनार्य, अनर्थले युक्त कायक्लेश (देहपीडा) मा लाग्नु नै दोस्रो अति हो।

प्रजवित जीवनमा कामसुख र गृहस्थी जीवनका अनेक सुखप्रति मनमा तृष्णा जगाइराख्नु, सांसारिक मानिसझैं कामसुखमा लिप्त हुनु प्रजवित साधकको एक अति भए झैं प्रजवित जीवनको अर्को अति हो निर्वाण साधनाको नाममा देहलाई कठोर यातना दिनु। यस अतिमा सधकले निर्वाण साधनाको नाममा देह, इन्द्रिय र मनलाई दमन गरी नियन्त्रणमा ल्याउन कठोर प्रयास गर्दछ। अल्पाहार, वस्त्रत्याग, अग्नितप, काँडामा शयन, एक खुट्टाले लामो समयसम्म उभिरहने, लामो समयसम्म हात आकाशमा उठाइरहने जस्ता देहलाई पीडा दिने बाह्य साधनामा संलग्न हुनपुग्छ।

जब साधनाको नाममा शरीरलाई यातना दिन प्रारम्भ गरिन्छ, त्यो स्थितिमा प्रकृतिका शाश्वत नियमहरूले यस्ता हठ वृत्तिलाई संस्कारहरूमा परिणत गरिदिने भएकाले साधक झन्‌झन् यस्तैयस्तै हठ साधनामा संलग्न हुन पुग्छ, जसको परिणामस्वरूप ऊ विना आध्यात्मिक उपलब्धि झन्‌झन् दुर्बल, कमजोर, रोगी बन्दै गएर चाँडै नै मृत्युको समीप पुग्छ।

भगवान् बुद्ध पनि यस्तै देहपीडक अति साधनाको कारण मृत्युको समीप पुग्नुभएको थियो। भगवान् भन्नुहुन्छ- मोक्ष साधनाको नाममा यस्ता देहलाई यातना दिने साधना प्रजवित जीवनको दोस्रो अति हो। स्मरणरहोस् पञ्चवर्गीय भिक्षुहरूले भगवान्‌लाई शारीरिक पीडापूर्ण तपस्या त्यागेका कारण नै त्यागेका थिए। अहिले भगवान्‌ले त्यस विधिलाई एक अति साधनाविधिको रूपमा व्याख्या गर्नुभएको छ।

आखिर कसरी जन्मिन्छन् देहपीडक साधनाविधि ?

जब कोही साधकले निर्वाण साधनाको नाममा देहपीडक साधनालाई ग्रहण गर्दछ, जब उसले देहलाई यातना दिन प्रारम्भ गर्दछ, एक गम्भीर प्रश्न उठ्छ कि आखिर किन वा के कारण साधकले यस्ता हठ वा मूर्खतापूर्ण साधनामा प्रवेश गरी आफैँलाई यातना दिने गर्दछन् ? यस्ता हठ साधनावृत्ति जन्मनुको पछाडि केकस्ता कारण छन् ? वर्तमान समयमा पनि असङ्ख्य साधक अनेक प्रकारका देहपीडक साधनामा संलग्न भइरहेकाले निर्वाणको साधना मार्गमा यो मननीय विषय हुन पुगेको छ।

इतिहास यस्तो सत्यको साक्षी छ कि पृथिवीमा आध्यात्मिक महापुरुष वा सम्यक सम्बुद्धहरू जस्तै शिव, राम, कृष्ण, क्राइष्ट, बुद्ध आदि युगयुगको अन्तरालमा जन्मिने गरेका छन्। जब सम्यक सम्बुद्धहरूको जन्म हुन्छ ती महापुरुषहरूले शुद्ध धर्म, शुद्ध निर्वाण साधनाविधि नै सिकाउँछन्। प्रकृति वा धम्मका विस्मृत शाश्वत नियमहरूलाई पुनः स्मरण गराउँछन्। अनि कसरी प्रकृतिका शाश्वत नियमहरूले मानिसको चित्तमा संस्कार उत्पन्न गर्दछन् र कसरी साधनाद्वारा प्रकृतिका यिनै शाश्वत नियमहरूलाई मोक्षको पक्षमा क्रियाशील गराएर चित्तका संस्कारहरूलाई पूर्णरूपमा नाश गरी निर्वाण प्राप्त गर्न सकिन्छ भन्ने शुद्ध मोक्ष शिक्षा प्रदान गर्दछन्।

विषयबाट प्राप्त हुने सुखद र दुखद संवेदनाहरूलाई भोग गर्दा प्रकृतिका शाश्वत नियमहरूले बन्धनहरू उत्पन्न गर्ने भएकाले मानिसलाई वितरागी, वितद्वेषी बन्नुपर्ने शिक्षामा जोड दिन्छन्। मन र इन्द्रियका सुखद वा दुखद संवेदनाहरूप्रतिको तृष्णा नै दुःख वा बन्धनका जननी भएकाले मन र इन्द्रियलाई नियन्त्रणमा ल्याउनुपर्ने सत्यमा जोड दिन्छन्। मन र इन्द्रियहरूलाई नियन्त्रणमा ल्याउन मनमा उत्पन्न हुने दुःखद वा सुखद संवेदनाहरूप्रति समभावी बन्नुपर्छ भन्ने सत्य साधनाविधि प्रदान गर्दछन्। गीतामा भगवान् कृष्णले पनि यस्तै विद्या प्रदान गर्नुभएको छ। यी महापुरुषहरू धम्म वा प्रकृतिका शाश्वत नियमहरूसँग परिचित भएकाले इन्द्रियहरूलाई दमन गर्दा झन्झन् संस्कारहरू उत्पत्ति हुने भएकाले इन्द्रिय दमन र विषयहरूप्रति द्वेषपूर्ण दृष्टि आदिका शिक्षा दिँदैनन्।





तर, जब ती आध्यात्मिक महापुरुषहरूको निधन हुन्छ तब समयको प्रवाहमा सत्य मोक्ष विद्या पृथकपृथक बौद्धिक र आध्यात्मिक पृष्ठभूमि भएका एक पिँढीका गुरुहरू वा साधकहरूबाट अर्को पिँढीका गुरुहरू वा साधकहरूका माझमा पुग्छ। तत्पश्चात् यिनै गुरु वा साधकहरूले यस विद्यालाई आ-आफ्ना बौद्धिक वा आध्यात्मिक क्षमता अनुसार व्याख्या प्रारम्भ गर्दछन्, साधनामा उतार्न प्रयास गर्दछन् ।

परिणामस्वरूप सत्य निर्वाण विद्याको अपभ्रंश र अपव्याख्या हुन सुरू हुन्छ। यसरी जब यो विद्या मोक्षको प्रामाणिक अनुभूति प्राप्त नगरेका एक गुरुबाट अर्को गुरुमा सर्दै जान्छ, सत्यमोक्ष साधनाविधिले झन्झन् अपभ्रंश हुन पुगी विकृत साधनाको रूप धारण गर्दछ। उदाहरणका लागि देह, इन्द्रियहरू र मनलाई नियन्त्रणमा ल्याउन मनमा उत्पन्न हुने संवेदनाहरूप्रति समभावी साधना गर्नुपर्छ भन्ने शुद्ध मोक्ष विद्यामा समयको धारामा संवेदनाहरूप्रति समभाव भन्ने मूल साधना मन्त्र नै छुट्न पुग्छ र निर्वाणका लागि देह, इन्द्रियहरू र मनलाई नियन्त्रणमा ल्याउनुपर्छ भन्ने शब्दहरूमात्र शेष रहन पुग्छन्। फलतः देह, इन्द्रिय र मनलाई नियन्त्रणमा ल्याउन साधक संवेदनाप्रति समभावी बन्नुपर्नेमा उसले देह, इन्द्रिय र मनलाई नियन्त्रणमा ल्याउन शरीरलाई अनेक प्रकारका कठोर दुःख दिन प्रारम्भ गर्दछ। जसको परिणामस्वरूप वस्त्र धारण नगर्नु, काँडामा सुत्नु, जिब्रो छेड्नु, एक खुट्टामा उभिरहनु, अल्पाहारी बनी शरीर सुकाउनु, अग्निमा देहलाई तपाउनु जस्ता अनेक प्रकारका देहपीडक साधनाहरूको जन्म हुन पुग्छ।

सम्यक सम्बुद्धको जन्म नभएसम्म यी साधना एक पिँढीबाट अर्को पिँढीमा सर्दै जान्छन् र साधकले निर्वाण प्राप्तिको विपरीत मार्गमा विचरण गर्दै शारीरिक, मानसिक, आध्यात्मिक क्षय प्राप्त गर्दछ र अन्ततः साधक मानसिक विक्षिप्तताका साथै मृत्युको मुखसम्म पुग्छ। यस्ता घटना अहिले पनि भइरहेका छन्। धर्मचक्र प्रवर्तनको व्याख्यालाई निरन्तरता दिँदै भगवान् यी दुई अतिका साधना मार्गमा विचरण नगरी मध्यमार्गबाट आफैँले पहिल्याएको सत्य निर्वाण मार्गमाथि प्रकाश पार्दै भन्नुहुन्छ-

"एते खो, भिक्खवे, उभो अन्ते अनुपगम्म मज्झिमा पटिपदा तथागतेन अभिसम्बुद्धा चक्खुकरणी ञाणकरणी उपसमाय अभिञ्ञाय सम्बोधाय निब्बानाय संवत्तति ।"

भिक्षूहरू ! यी दुई अतिमा नगएर तथागतले मध्यमार्ग पहिल्याउनुभएको छ, जसले चक्षू प्रदान गर्दछ, ज्ञान प्रदान गर्दछ, जो उपशमन (शान्तिका लागि), अभिज्ञ (सर्वज्ञ) हुनका लागि, सम्बोधि (परम ज्ञान) का लागि निर्वाणको हो ।

यहाँ भगवान्‌ले के प्रष्ट पार्नुभएको छ भने यी दुई अति, जहाँ एक अतिको स्थितिमा प्रजवित साधक अझै कामसुख प्राप्त गर्ने प्रयास गरिरहेको छ । अर्को अति, जहाँ साधकले देह, इन्द्रिय र मनको तृष्णालाई नष्ट गरी निर्वाण प्राप्त गर्ने नाममा शरीरलाई कठोरभन्दा कठोर दण्ड र यातना दिइरहेको छ । उल्लिखित दुवै विषयप्रति राग उत्पन्न गर्ने र द्वेष उत्पन्न गर्ने मार्गमा विचरण नगरी अर्थात् दुवै मार्गको अनुगमन नगरेर यी राग र द्वेषयुक्त दुवै विषम मार्गका माझबाट साधनाको जुन नयाँ मध्यमार्ग खोज्नुभएको छ, सूक्ष्म दृष्टिबाट पहिल्याएर न राग न द्वेषको सममार्ग निकाल्नु भएको छ यही मध्यमार्ग नै आर्य अष्टाङ्गमार्ग हो । यस मध्यमार्गी साधनामा साधक न त इन्द्रिय सुखमा लिप्त हुन्छ, न त देहपीडक तपस्यामै प्रवेश गर्दछ । अपितु ऊ देह र चित्तको क्षेत्रमा उत्पन्न हुने सुखद वा दुखद संवेदनाहरूप्रति समभावी, साक्षीभावी वा समबुद्धिपूर्ण बन्छ ।

जब साधकले यस अष्टाङ्गमार्ग साधनालाई सफलता पूर्वक सम्पन्न गर्दछ, जुन साधनाले साधकलाई चक्षु प्रदान गर्दछ, ज्ञान प्रदान गर्दछ, उपशमन (शान्ति) प्रदान गर्दछ, अभिज्ञता वा सर्वज्ञता बनाउँछ, सम्बोधि बनाएर अन्ततः निर्वाण वा परिपूर्ण ज्ञान प्रदान गर्दछ । यहाँनेर के प्रश्न उठ्छ भने कस्तो चक्षु प्रदान गर्दछ ? कस्तो ज्ञान प्रदान गर्दछ ? कसरी शान्ति प्रदान गर्दछ ? कसरी अभिज्ञता वा सर्वज्ञता बनाउँछ ? कसरी सम्बोधि बनाएर निर्वाण प्रदान गर्दछ ? आउनुहोस् सर्वप्रथम निर्वाण साधनाका यिनै परिणामबारे व्याख्या गरौं ।

यस मध्यमार्ग (साधना) ले धर्मचक्षु प्रदान गर्दछ

भगवान्‌ले प्रतिपादन गर्नुभएको मध्यमार्गी साधनाले कसरी साधकमा धर्मचक्षु उत्पन्न गर्दछ ?





साधनाका कारण प्राप्त भइरहेका आन्तरिक आध्यात्मिक रूपान्तरणलाई प्रामाणिकरूपमा बोध गर्नु नै धर्मचक्षु जाग्नु हो। जब साधक आर्य अष्टाङ्गमार्ग साधनामा प्रवेश गर्दछ, जब उसले सुखद वा दुखद संवेदनाहरूलाई भोग गर्ने मनको स्वभावलाई परिवर्तन गर्न समभावी साधना प्रारम्भ गर्दछ वा जब जन्म- जन्मान्तरका चित्त विकारलाई नष्ट गर्दै चित्तलाई शुद्ध गराउन साधना गर्दछ। यस क्षणमा धम्मको शाश्वत नियमहरू क्रियाशीलताका कारण साधनामा आन्तरिक रूपान्तरणको प्रक्रिया प्रारम्भ हुन्छ।

जब यो प्रक्रिया प्रारम्भ हुन्छ, साधकले आन्तरिक क्षेत्रमा भइरहेका यी आध्यात्मिक रूपान्तरणलाई प्रामाणिकरूपमा बोध गर्न थाल्छ। साधकले साधनाका कारण चित्त झन्‌झन् शान्त, शुद्ध र निर्मल हुँदै गएको अनुभूति प्राप्त गर्दछ। साधनामा भङ्ग, प्रिति प्रमोद, प्रश्रब्धि, अष्ठकलाप, अनित्य बोध, अनात्मबोध आदि अनुभूति प्राप्त गर्दछ। प्रामाणिकरूपमा इन्द्रियातीत निर्वाणको क्षेत्रमा प्रवेश गरेको अनुभूति प्राप्त गर्दछ।

यी बोध कुनै सतही बौद्धिक घोषणा नभई आफ्नै अनुभूतिमा उतारिएको प्रामाणिक ज्ञान हुन्छ। यसरी आर्य अष्टाङ्गमार्ग साधनामा प्रामाणिकरूपमा नै आन्तरिक आध्यात्मिक परिवर्तन भइरहेको बोध हुन्छ वा धर्मचक्षु उत्पन्न हुन्छ। जब कुनै साधक दुई अति (इन्द्रिय भोग र देहपीडक तपस्या) मा प्रवेश गर्दछ, यी साधनाका कारण विषयप्रति राग वा द्वेष उत्पन्न हुने हुनाले साधक निर्वाण साधनाले प्रदान गर्ने आन्तरिक रूपान्तरणको अनुभूति वा धर्मचक्षु प्राप्त गर्नबाट बञ्चित रहन्छ। यी दुई अति साधनाले विकार वा संस्कार विस्तार गर्ने हुनाले साधकले संस्कार विस्तारकै अनुभूति प्राप्त गर्दछ र पीडा वा दुःख नै प्राप्त गर्दछ। धर्म वा आध्यात्मिक रूपान्तरणको अनुभूति प्राप्त गर्न असमर्थ रहन्छ।

यस मध्यमार्ग (साधना) ले ज्ञान प्रदान गर्दछ

प्रश्न उठ्छ कि मध्यमार्गी आर्य अष्टाङ्गमार्ग साधनाले कस्तो ज्ञान प्रदान गर्दछ ? जब साधकले आर्य अष्टाङ्गमार्गका विभिन्न चरणबाट गुज्रिँदै निर्वाणतर्फ बढिरहेको आन्तरिक आध्यात्मिक अनुभूति प्रामाणिकरूपमा नै प्राप्त गर्दछ, यस्तो प्रामाणिक अनुभूति नै ज्ञानमा परिणत हुन पुग्छ। यस

अवस्थामा निर्वाण साधनाले प्रदान गर्ने भनिएका अनुभूतिहरू बौद्धिक ज्ञान वा श्रवण ज्ञान नभई प्रमाणिक ज्ञान वा प्रज्ञा हुन पुग्छ ।

जब ज्ञान बौद्धिक नभएर स्वअनुभूतिमा उतारिइएको प्रामाणिक ज्ञान वा प्रज्ञा हुन्छ त्यस अवस्थामा देह परमाणुहरूको पुञ्ज रूप हो । चित्त तरङ्गरूप मात्र हो । देहसत्ता, चित्तसत्तामा जुन संवेदना उत्पन्न हुन्छन् ती विलाउँछन् । निर्वाणको स्थितिमा इन्द्रियातीत अनुभूति प्राप्त हुन्छन् आदि कुनै बौद्धिक ज्ञान वा घोषणा नभएर साधकले आफैँभित्र अनुभव गरेको प्रामाणिक ज्ञान बन्न पुग्छ, सम्यक ज्ञान हुन पुग्छ । यसरी यस मध्यमार्गी साधनाले ज्ञान प्रदान गर्दछ ।

यस मार्गले उपशमन वा शान्ति प्रदान गर्दछ

पुनः प्रश्न उठ्छ कि यो मार्गले कस्तो शान्ति प्रदान गर्दछ ? जुन क्षणसम्म साधकले इन्द्रियहरू र विषयहरूका मिलनबाट उत्पन्न हुने सुखद वा दुखद संवेदनालाई भोग गरिरहन्छ, त्यस स्थितिसम्म साधकमा धम्मको शाश्वत नियमहरूका कारण नयाँ संस्कार उत्पन्न भइरहन्छ । यस्तो स्थितिमा साधकमा चित्त विकार नाश हुनै सक्दैन । जब साधकले इन्द्रिय र विषयहरूको मिलनबाट उत्पन्न हुने संवेदनाप्रति न राग न द्वेषरूपी मध्यमार्गी साधना गर्दछ, जब संवेदनाहरूप्रति सम्यक दृष्टि राख्छ, यस्तो स्थितिमा नयाँ विकार सिर्जना हुने प्रक्रिया समाप्त मात्र नभई जन्म-जन्मान्तरदेखि चित्तमा सङ्ग्रहित विकार पनि जरादेखि नै नष्ट हुन थाल्छ । मानिसको दुःख, अशान्ति, व्याकुलता आदि चित्तमा संग्रहित विकारहरू नै हुन् । जब आर्य अष्टाङ्गमार्गद्वारा विकारहरूलाई जरादेखि नै नष्ट गरिन्छ तब यस्तो स्थितिमा साधकले शनैःशनैः शुद्ध चित्त स्थिति प्राप्त गर्दछ । जब चित्त शुद्ध हुँदै जान्छ शनैःशनैः साधकले शान्ति प्राप्त गर्दै परमशान्ति प्राप्त गर्न थाल्छ । यसरी आर्य अष्टाङ्गमार्गले शान्ति प्रदान गर्दछ तर जब साधक निर्वाणका दुई अति साधनामा प्रवेश गर्दछ तब इन्द्रिय सुखभोग र कठोर देहपीडक तपस्यामा प्रवेश गर्दछ र साधनाहरूमा संस्कार नाश नभई संस्कारहरू नै झन्झन् विस्तार हुन पुग्दा साधक झन्झन् अशान्त, दुःखी, व्याकुल हुँदै जान्छ ।





यस मध्यमार्गी साधनामार्गले अभिज्ञता, सम्बोधि र निर्वाण प्रदान गर्दछ

पुनः प्रश्न उठ्छ कि, कसरी यस साधनाले अभिज्ञता वा सर्वज्ञता सम्बोधि र निर्वाण प्रदान गर्दछ ? जब कोही साधकले आर्य अष्टाङ्ग साधनालाई अनुभूतिमा उतार्ने प्रयास गर्दछ, उसले यस साधनालाई देह र मन (चित्त) को यथार्थ स्वरूपको अनुसन्धानबाट सुरू गर्दछ। जब उसले देह क्षेत्रको यथार्थ अनुसन्धान प्रारम्भ गर्दछ, साधनाद्वारा देहको क्षेत्रमा संवेदनाहरू सिर्जना गर्न थाल्छ। यिनै संवेदनाहरूका सहारामा यस स्थूल देहलाई सूक्ष्म, सूक्ष्मतर र सूक्ष्मतमरूपमा टुक्र्याउँदै र संवेदनाहरूप्रति सम्यक दृष्टि राख्दै त्यस्तो स्थितिसम्म पुग्छ, जहाँ देहको क्षेत्र र चित्तको क्षेत्र उदय र व्यय भइरहेको परमाणुहरूको पुञ्ज जस्तै प्रतीत हुन थाल्छ।

जतिजति अनुभूतिको स्तरमा यस देहक्षेत्र र चित्तक्षेत्र अनित्य रहेछ भन्ने ज्ञान पुष्टि हुँदै जान्छ त्यतित्यति साधक प्रतिपल उदय र व्यय भइरहेको तरङ्गरूप देह र चित्तमा 'म' र 'मेरो' जस्ता कुनै पनि वस्तु वा आधार प्राप्त गर्न असमर्थ रहन्छ। यसरी देह र चित्तको अनित्य बोधसँगै साधकमा 'म' भाव नष्ट हुँदै गएर अनात्मबोधको यथार्थ ज्ञान उदय हुन प्रारम्भ हुन्छ। मानिसको मूल अविद्या 'म' रूपी अहंभाव शनैःशनैः नष्ट हुँदै जान्छ।

जब साधकले साधनालाई निरन्तरता दिइरहन्छ तब उसले सोतापन्न, सकृदागामी, अनागामी, अरहत आदि अवस्था पार गर्दै बुद्धत्व वा सम्बोधि प्राप्त गर्दछ। यस सम्बोधि प्राप्तिको स्थिति नै निर्वाणको स्थिति हो। यही नै आर्य अष्टाङ्ग साधनाको अन्तिम अवस्था हो। यस स्थितिमा साधकले इन्द्रियातीत, अमृतमय निर्वाण पदलाई साक्षात्कार गर्दछ। निर्वाण प्राप्त गर्नु नै अभिज्ञता (सर्वज्ञता), सम्बोधि (परिपूर्ण ज्ञान) प्राप्त गर्नु हो। यसरी साधकले मध्यमार्गी साधनाद्वारा अभिज्ञता, सम्बोधि र निर्वाण प्राप्त गर्दछ।

"कतमा च सा, भिक्खवे, मज्झिमा पटिपदा तथागतेन अभिसम्बुद्धा चक्खुकरणी ञाणकरणी उपसमाय अभिञ्ञाय सम्बोधाय निब्बानाय संवत्तति ?"

तथागतले त्यस्तो कुन मध्यमार्ग पहिल्याउनु भएको छ ? जसले चक्षु

प्रदान गर्दछ, ज्ञान प्रदान गर्दछ, जो उपशमन लागि, अभिज्ञ हुनका लागि, सम्बोधिका लागि, निर्वाणको लागि हो ?

"अयमेव अरियो अटङ्गिको मग्गो, सेय्यथिदं- सम्मादिटिठ् सम्मासत्तप्पो सम्मावाचा सम्माकम्मन्तो सम्माआजीवो सम्मावायामो सम्मासति सम्मासमाधि ।"

यो त्यहि आर्य अष्टाङ्गीक मार्ग हो, जुन यस प्रकार छः सम्यक दृष्टि, सम्यक संकल्प, सम्यक वचन, सम्यक कर्म, सम्यक जीविका, सम्यक व्यायाम, सम्यक स्मृति, सम्यक समाधि ।

जब भगवान् कुनै धार्मिक प्रवचन दिनुहुन्थ्यो त्यस धर्म देशना वा प्रवचनलाई सरल बनाउन आफैँ प्रश्न गर्नुहुन्थ्यो र उत्तर पनि आफैँ दिनुहुन्थ्यो । तपाईं यस तथ्यलाई त्रिपिटकका अनेक सुत्तहरूमा देख्न सक्नुहुन्छ । भगवान्‌को धार्मिक प्रवचनको त्यही शैलीअनुरूप आफैँले सोधेको प्रश्नको उत्तर आफैँ दिने गर्नुहुन्छ ।

के हो आर्य अष्टाङ्ग मार्ग ?

निर्वाणको अर्थ हो जन्म-जन्मान्तरदेखि धम्मका शाश्वत नियमहरूका कारण उत्पन्न, सङ्ग्रहित, विस्तार हुँदै आएका चित्तका संस्कारहरू वा स्वभावलाई नाश गर्नु । निर्वाण अत्यन्त दुरुह साधना हो । यसलाई करोडौं साधकमा एकदुई असाधारण साधकले मात्र सिद्ध गर्न सकेका छन् । जन्म-जन्मान्तदेखि सञ्चित हुँदै आएको संवेदना भोग गर्ने तपाईंका स्वभावका कारण तपाईंका मन वा चित्तमा अर्वौं संस्कार सङ्ग्रहित छन् । यी संस्कारमध्ये कैयौं संस्कार अत्यन्त शक्तिशाली छन्, जसले प्रतिदिन प्रकट भएर तपाईंलाई व्याकुल बनाइहेका छन् । चित्तमा यसरी सङ्ग्रह भएर प्रकृतिको शाश्वत नियमका कारण शक्तिशाली बनेका संस्कारहरू साधारण साधनाद्वारा नष्ट हुन सक्दैनन् । चित्तका यस्ता संस्कार नष्ट गर्न असाधारण प्रकृतिका शक्तिशाली साधना चाहिन्छ । चित्तका यिनै संस्कार वा संवेदना भोग गर्ने स्वभावलाई नष्ट गरी निर्वाण प्राप्त गर्न "**आठ वटा साधना**"लाई जोडेर भगवान्‌ले निर्माण गर्नुभएको विश्वप्रसिद्ध साधनाविधि नै आर्य अष्टाङ्गमार्ग साधना हो ।





भगवान् बुद्धले स्वयंको निर्वाणको प्रामाणिक अनुभूतिमा प्रतिपादन (विकास) गर्नुभएको आर्य अष्टाङ्ग मार्ग साधनाका कैयन् विशेष पक्षहरू छन् । साधना दृष्टिले अत्यन्त महत्वपूर्ण आर्य अष्टाङ्ग मार्ग साधनाका यी विशेष पक्षहरू बुँदागत रुपमा तल राखिएका छन् ।

१. आर्य अष्टाङ्ग मार्गसाधना भगवान्को आफ्नै झण्डै ६ वर्षसम्मको आंशिक, अपूर्ण, भ्रामक प्रकृतिका अनेक मोक्ष साधनाविधिको असफल प्रयोगपश्चात स्वप्रयास, स्वपरीक्षण, स्वअनुभवबाट जन्मिएको प्रामाणिक साधना विधि हो। भगवान् आफैँले यही साधना विधिबाट निर्वाण प्राप्त गर्नुभएको थियो । भगवान् स्वयंले अन्य साधनाविधिबाट नभई यही साधना विधिबाट निर्वाण प्राप्त गर्नुभएकाले यस निर्वाण साधना सत्य र असाधारण प्रकृतिका शक्तिशाली साधना हो भन्ने कुरा आफैं स्पष्ट हुन्छ ।

२. धम्मका शाश्वत नियमहरूका कारण तपाईंको जीवनमा चौवीसै घण्टा सततरूपमा संस्कारहरू उत्पत्ति, र विस्तार भइरहन्छन् । यस स्थितिमा यदि तपाईं निर्वाण चाहनुहुन्छ भने तपाईं साधनारत रहनुभएको निर्वाण साधनाविधिले तपाईंलाई पनि चौवीसै घण्टा सततरूपमा साधनारत राखिरहन सक्नुपर्छ । सम्यक कर्म, सम्यक वाणी, सम्यक आजिविका जस्ता असाधारण साधना उपस्थित आर्य अष्टाङ्गमार्ग साधनाको संरचना नै यस्तो छ कि यदि तपाईंले यस साधनालाई "विधिपूर्वक" साधनामा उतार्नुहुन्छ भने तपाईं पनि सम्पूर्ण कर्म, वाणी, आजिविकाका क्षणमा सम्यक (न राग न द्वेष) को स्थितिमा रहनुहुन्छ अथवा तपाईं पनि चौवीसै घण्टा साधनारत रहनुहुन्छ। तपाईं पनि चौवीसै घण्टा धम्मका नियमहरूले संस्कारहरू उत्पत्ति र विस्तार गर्ने प्रक्रियालाई अवरुद्ध गरी चित्तमा समभावको बीज छरिरहनुहुन्छ ।

३. कुनै पनि निर्वाण साधनालाई सफलतापूर्वक साधनामा उतार्न, त्यस साधनाको स्पष्ट सैद्धान्तिक पथ प्रदर्शन आवश्यक हुन्छ। स्पष्ट सैद्धान्तिक मार्गको अनुपस्थितिमा निर्वाण जस्तो सूक्ष्म र दुरुह

साधनामा साधक वर्षौं मात्र नभई कल्पसम्म पनि भड्किरहन्छ। आर्य अष्टाङ्गमार्ग साधना त्यस्तो निर्वाण साधना हो, जहाँ चार आर्य सत्यरूप स्पष्ट सैद्धान्तिक मार्ग उपस्थित छन्। यस साधनामा तपाईं कुनै अमूर्त आत्मा, परमात्मा, परमधाम, परमगति आदि प्राप्त गर्न गइरहनु भएको छैन। मात्र स्वयंको दुःखको कारण (दुःख समुदय सत्य) लाई आर्य अष्टाङ्गमार्ग (मार्ग सत्य) द्धारा नाश गरी दुख (दुख सत्य) नाश र निर्वाण (निरोध सत्य) प्राप्त गर्न गइरहनु भएको छ।

४. संसारमा प्रचलित जति पनि निर्वाण साधना छन् ती साधनामा जब साधकले प्रवेश गर्दछ त्यस अवस्थामा उसले निर्वाण साधनाको कति चरण छन्? निर्वाण साधनाको कुन चरणमा साधकलाई कस्तो अनुभूति प्राप्त हुन्छ? साधनाकालमा स्वयंले प्राप्त गरेका अनुभूति केके हुन्? आफू साधनाको कुन चरणमा छु? म साधनामा सही दिशातर्फ बढिरहेको छु कि छैन? जस्ता साधनासँग जोडिएका अत्यन्त महत्वपूर्ण प्रश्नहरूको सही उत्तर प्राप्त गर्नै सक्दैन। यसैका कारण साधक साधनामा अनेकन् भ्रम, कल्पना, द्विविधा आदि प्राप्त गरी साधनाबाट च्यूत हुन पुग्छ। यस्तो स्थितिमा आर्य अष्टाङ्गमार्ग साधना मात्र संसारको एकमात्र यस्तो निर्वाण साधना हो, जहाँ साधकले माथिका प्रश्नहरूका स्पष्ट उत्तर प्राप्त गर्दछ। जसको परिणाम स्वरुप साधक साधनामा सफल हुने सम्भावनाको जन्म हुन्छ। भगवानूको महासतिपट्ठान निर्वाण साधनाका बाह्रवटा चरण र प्रत्येक चरणका व्याख्या यसै पुस्तकमा राखिएको छ।

५. आर्य अष्टाङ्गमार्गका आठ साधनामा भगवानूले प्रत्येक साधनामा 'सम्यक' शब्दमा जोड दिनुभएको छ। 'सम्यक' शब्द नै आर्य अष्टाङ्गमार्ग साधनाको मूल साधना शब्द हो। बुद्ध साहित्यमा 'सम्यक' शब्दलाई ठीक, पूर्ण, सही आदिका रूपमा परिभाषित गरिएको पाइन्छ तर यो परिभाषा सतही, आंशिक, भ्रमपूर्ण र सम्यक शब्दको मूल मर्मलाई ग्रहण गर्न असमर्थ देखिन्छ। "सम" शब्दको अर्थ हो- निष्पक्ष, तटस्थ, मध्यमार्ग आदि। 'सम' मूलरूपमा रहेर निर्माण





भएको "सम्यक" शब्दको मूल अर्थ हो- न राग न द्वेष वा समभावी स्थिति। जब तपाईं आर्य अष्टाङ्गमार्गमा प्रवेश गर्नुहुन्छ तब तपाईंले जीवनका प्रत्येक क्षणमा न राग न द्वेषको स्थितिमै रहनुपर्छ।

मध्यमार्ग वा दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदा

आठ अङ्ग वा साधनाविधिको संयोजनबाट निर्मित आर्य अष्टाङ्गमार्ग साधनाको व्याख्या गर्दा सर्वप्रथम प्रश्न उठ्छ कि आखिर आर्य अष्टाङ्गमार्ग साधनाका आठ अङ्ग वा साधनाहरू केके हुन्? भगवान्ले धर्मचक्र प्रवर्तन सुत्तमा यी आर्य अष्टाङ्गमार्गलाई विस्तृत व्याख्या गर्नुभएको छैन तर महासतिपट्ठान सुत्तमा भने आर्य अष्टाङ्गमार्ग साधनाको प्रत्येक अङ्गको गहन व्याख्या गर्नुभएको छ। भगवान्ले विकास गर्नुभएको आर्य अष्टाङ्ग मार्गका आठ साधनाहरू निम्न प्रकारका छन्-

१. सम्यक वाणी
२. सम्यक कर्म
३. सम्यक आजीविका
४. सम्यक स्मृति
५. सम्यक समाधि
६. सम्यक व्यायाम
७. सम्यक सङ्कल्प
८. सम्यक दृष्टि

सम्यक वाणी

"कतमा च, भिक्खवे, सम्मावाचा? मुसावादा वेरमणी, पिसुणाय वाचाय वेरमणी, फरुसाय वाचाय वेरमणी, सम्फप्पलामा वेरमणी। अयं वुच्चति, भिक्खवे, सम्मावाचा।"

अर्थात् हे भिक्षुहरू! के हो? सम्यक वचन? झुठो बोल्नुबाट विरत रहनु, चुक्ली लगाउनुबाट विरत रहनु, कठोर वचन बोल्नुबाट विरत रहनु, बकवास वा व्यर्थ कुराबाट विरत रहनु। भिक्षुहरू! यसैलाई सम्यक वचन भनिन्छ।

झुठो नबोल्नु, कसैको चुक्ली नलगाउनु, कटुवचन नबोल्नु, व्यर्थ वचन

नबोल्नु जस्ता वाणीको शुद्धता वा पवित्रता नै सम्यक वाणी साधना हुन् तर माथिका चार उदाहरणले मात्र सम्यक वाणीलाई पूर्णरूपमा परिभाषित गर्न सक्दैन। कुनै पनि वाणी त्यस अवस्थामा मात्र सम्यक बन्न सक्छ जब त्यो वाणी शुद्ध हुन्छ वा जब त्यो वाणी राग र द्वेष निरत हुन्छ। कसैप्रति मोहित भएर बोलिएका छन् भने प्रिय वचन पनि सम्यक वाणी हुन सक्दैन।

सम्यक वाणी आफैँमा एक साधना हो। जब साधक विपश्यना वा अष्टाङ्गमार्गको साधनामा प्रवेश गर्दछ तब उसले वाणीमा साधना गर्दछ। उसले पञ्चशीलमध्येको एक शील झुठो नबोल्ने प्रतिज्ञा गर्दछ। त्यसपछि पनि प्रतिक्षण ऊ आफ्ना प्रत्येक वचन वा शब्दहरूप्रति जागरुक बन्छ, होशपूर्ण बन्छ। कतै मेरा वचन रागपूर्ण र द्वेषपूर्ण त भइरहेको छैन ? बोल्दाबोल्दै कतै रागपूर्ण वा द्वेषपूर्ण भई बहकिइरहेको त छैन ? आदि कुरामा सचेत रहन्छ।

वचनमा राग द्वेष वा अशुद्धताको मूल कारण मनमा छिपेका लोभ, मोह, इर्ष्या जस्ता नकारात्मक विचार वा विकार नै हुन्। विपश्यना ध्यानमा जब साधकले संवेदनाहरूप्रति समभावी बनेर विकारको जरो उखेल्ने कार्य गर्दछ तब शनैःशनैः ती विकार क्षय हुँदै जान्छन्। जतिजति विकार क्षय हुँदै जान्छन् त्यतित्यति विकार क्षयसँगै साधकको वाणी शुद्ध हुँदै जान्छ, सम्यक हुँदै जान्छ। झुठो बोल्ने, चुक्ली लगाउने, कटुवचन बोल्ने जस्ता कार्यबाट साधक बिस्तारै टाढा हुँदै जान्छ।

बुद्ध साहित्यमा भनिएको छ कि आर्य (सन्त) मार्गको पहिलो सोतापन्न अवस्थामा साधकको झुठो बोल्ने वृत्ति नष्ट हुन्छ। अनागामी अवस्थामा कटुवचन, चुक्ली वचन बोल्ने स्वभावहरू नष्ट हुन्छ। जब विपश्यनाद्वारा चित्तका सम्पूर्ण विकार नष्ट हुन्छन् वा साधकले अरहंत अवस्था प्राप्त गर्दछ तब उसबाट व्यर्थ शब्द कहिल्यै निस्किँदैनन्। उसले जे बोल्छ त्यो सत्य, शुद्ध, सम्यक वचन हुन पुग्छ। जागरुकताको उच्च तहबाट प्रकट भएका शब्द भएकाले ती शब्द सारपूर्ण, गहन र गम्भीर प्रकृतिका हुन्छन्। ती वचन पूर्णरूपमा राग र द्वेष निरत भएकाले अत्यन्त प्रभावकारी हुन्छन्। बुद्धका प्रत्येक वचन वा शब्दमा वचन वा शब्दको सम्यक स्थिति स्पष्टरूपमा देख्न सकिन्छ।



सम्यक कर्म

"कतमो च, भिक्खवे, सम्माकम्मन्तो ? पाणतिपाता वेरमणी, अदिन्नादाना वेरमणी, कामेसुमिन्छाचारा वेरमणी। अयं वुच्चति, भिक्खवे, सम्माकम्मन्तो।"

अर्थात् हे भिक्षुहरू! के हो सम्यक कर्म ? प्राणी हिंसाबाट विरत रहनु, चोरीबाट विरत रहनु, व्यभिचारबाट विरत रहनु। भिक्षुहरू! यसैलाई सम्यक कर्म भनिन्छ। सम्यक कर्म अर्थात् शुद्ध कर्म।

कर्म त्यस्तो क्षणमा मात्र सम्यक हुन्छ जब कर्ममा राग वा द्वेष उपस्थित हुँदैन। अर्थात् जब कर्मले चित्तमा कुनै प्रकारका विकार सृजना गर्दैन। सम्यक कर्म साधनामा मूलतः चोरी नगर्नु, प्राणी हिंसा नगर्नु, मादक पदार्थ सेवन नगर्नु, व्यभिचार नगर्नुलाई लिइएको छ। सम्यक कर्म साधनामा जीवनमा निस्कृष्ट विकार प्रवेश गराउने असम्यक वा अशुद्ध कर्मलाई बाह्य रूपमै निषेध गरिएको छ।

जब यस्ता निकृष्ट कर्म बाह्यरूपमै निषेध हुन पुग्छन् तब साधक धेरै हदसम्म स्वतः शुद्ध वा पवित्र हुन पुग्छ। सम्यक कर्म स्वयंमा साधना हो। जब साधक आर्य आष्टाङ्ग वा विपश्यना साधनामा प्रवेश गर्दछ तब उसले पञ्चशील ग्रहण गर्दछ। पञ्चशीलका पाँच शीलमध्ये चोरी नगर्ने, प्राणी हत्या नगर्ने, व्यभिचार नगर्ने आदि तीन शील सम्यक कर्मबाटै आएका हुन्छन्। यसरी सम्यक कर्मले आर्य अष्टाङ्गमार्ग वा विपश्यना साधनामा प्रवेश गरेको छ।

कर्मको प्रारम्भ विन्दु भनेको विचार हो। विचारको स्रोत जन्म-जन्मान्तरदेखि मनमा सङ्ग्रह भएका संस्कार वा विकार नै हुन्। मानिसको मनमा जुन प्रकृतिका विकार (संवेदना भोग गर्ने स्वभाव) सङ्ग्रह भएका छन् त्यस्तै प्रकृतिका विचार उत्पन्न हुन्छन्। सर्वप्रथम कर्म विचारको रूपमा प्रकट हुन्छ। तत्पश्चात् वाणीकर्म र देहकर्मको रूपमा प्रकट हुन्छ। यसैले विपश्यना साधनामा बाह्यरूपमा शील ग्रहण मात्र नगरी आन्तरिकरूपमा पनि मनमा उत्पन्न हुने विचार (विचारकर्ममा छिपेको रागद्वेष) प्रति जागरुक र संप्रज्ञानी बनी कर्ममा सम्यक साधना गरिन्छ। **गीतामा भगवान् कृष्णले व्याख्या गर्नुभएको कर्मयोग साधना पनि यही**

हो। कर्मयोगको अर्थ पनि बाह्यरूपमा वाणी वा देहमा घटित हुनुपूर्व मनमा उत्पन्न हुने विचार (विचारकर्म) मा छिपेको राग र द्वेष भावमा समबुद्धियुक्त हुनु नै हो।

सम्यक आजीविका

"कतमो च, भिक्खवे, सम्माआजीवो ? इध, भिक्खवे, अरियसावको मिच्छाआजीवं पहाय सम्माआजीवेन जीवितं कप्पेति। अयं वुच्चति, भिक्खवे, सम्माआजीवो।"

अर्थात् हे भिक्षुहरू! के हो सम्यक आजीविका ? यहाँ भिक्षुहरू! आर्यश्रावक मिथ्या आजिविकालाई छाडेर सम्यक आजिविकाबाट जीवन यापन गरिन्छ।

प्रत्येक व्यक्तिले बाँच्नका लागि वा जीविकोपार्जनका लागि कुनै न कुनै प्रकारको आजीविका वा पेशा अपनाउनुपर्छ तर जब सम्यक आजीविका भनिन्छ, यसले त्यस्तो पेशा वा व्यवसायलाई जनाउँछ, जहाँ कुनै पनि प्राणी वा मनुष्यलाई कुनै पनि प्रकारको हानि नोक्सानी पुऱ्याइँदैन। सम्यक आजीविकामा भगवान् बुद्धले मिथ्या आजीविकाको रूपमा उल्लेख गर्नुभएका कार्यहरू जस्तैः अन्य व्यक्तिका बारेमा बढाइचढाइ गरेर कुरा गर्नु, स्वलाभको मात्र खोजी गर्नु आदिजस्ता कार्यबाट पनि साधक निरत रहन्छ। सम्यक आजीविकाको एक अनिवार्य शर्त हो पेशा वा व्यवसायमा साधकको न राग, न द्वेषपूर्ण स्थिति अर्थात् समस्थिति। सम्यक आजिविकामा साधकले जीविकोपार्जनका लागि जुन आजिविका ग्रहण गर्दछ त्यस आजीविकाले साधकको चित्तमा राग वा द्वेषका विकारलाई सृजना र विस्तार गर्दैन। यदि साधकले अपनाएको पेशा, व्यवसायले साधकको चित्तमा विकारहरू उत्पति र विस्तार गरिरहेको छ भने त्यस्तो पेशा, व्यवसाय आदिलाई सम्यक आजीविका मानिँदैन।

सम्यक स्मृति

"कतमा च, भिक्खवे, सम्मासति ? इध, भिक्खवे, भिक्खु काये कायानुपस्सी विहरति आतापी सम्पजानो सतिमा विनेय्यल लोके





अभिज्झादोमनस्सं; वेदनासु वेदनानुपस्सी विहरति आतापी सम्पजानो सतिमा विनेथ्य लोके अभिज्झादोमनस्सं; चित्तेचित्तानुपस्सी विहरति आतापी सम्पजानो सतिमा विनेथ्य लोके अभिज्झादोमनस्सं; धमेसु धमानुपस्सी विहरति आतापी सम्पजानो सतिमा विनेथ्य लोके अभिज्झादोमनस्सं। अयं वुच्चति, भिक्खवे सम्मासति।"

अर्थात् हे भिक्षुहरू हो ! के हो ? सम्यक स्मृति ? यहाँ भिक्षुहरू ! कोही भिक्षु (कायरूपी) लोकमा राग, द्वेषलाई हटाएर श्रमशील, स्मृतिवान्, संप्रज्ञानी भएर कायमा कायानुपश्यी भएर विहार गर्दछ। (कायरूपी) लोकमा राग र द्वेषलाई हटाएर श्रमशील, स्मृतिवान्, संप्रज्ञानी भएर वेदनामा वेदनानुपश्यी भएर विहार गर्दछ। (कायरूपी) लोकमा राग र द्वेषलाई हटाएर श्रमशील, स्मृतिवान्, संप्रज्ञानी भएर चित्तमा चित्तानुपश्यी भएर विहार गर्दछ। (कायरूपी) लोकमा राग र द्वेषलाई हटाएर श्रमशील, स्मृतिवान्, संप्रज्ञानी भएर धर्ममा धर्मानुपश्यी भएर विहार गर्दछ।

समयको धारामा शब्दका अर्थहरू परिवर्तन हुन्छन्। भगवान्को समयमा स्मृति वा सतिको अर्थ हुन्थ्यो जागरुकता। वर्तमान क्षणप्रतिको जागरुकता नै स्मृति हो। सम्यक स्मृति अष्टाङ्गमार्ग साधनाको अत्यन्त महत्वपूर्ण साधना हो। भगवान्ले साधकहरूलाई बारम्बार सतत आतापी, स्मृतिवान्, प्रज्ञावान् बन्न जोड दिनुभएको तथ्यबाट पनि सम्यक स्मृतिको महत्व स्पष्ट हुन्छ।

विपश्यना साधनामा साधनाको प्रारम्भ नै सम्यक स्मृति (जागरुकता) बाट प्रारम्भ हुन्छ। आनापान वा श्वासप्रश्वास प्रक्रियाप्रति जागरुकताबाट प्रारम्भ हुन्छ। साधनाका केही दिनपश्चात् जब साधकमा श्वासप्रति जागरुक भइरहने क्षमता विकास हुन जान्छ, त्यस स्थितिपश्चात् साधकले देह र चित्तको क्षेत्रमा उत्पन्न भइरहने अनेक प्रकारका सुखद वा दुखद संवेदनाप्रति जागरुक हुन प्रारम्भ गर्दछ।

विपश्यना साधनामा देह र चित्तका क्षेत्रमा उत्पन्न भएका संवेदनाप्रतिको स्मृति (जागरुकता) ले मात्र साधक निर्वाण प्राप्त गर्न असमर्थ रहन्छ किनकि जागरुकताले चित्तलाई एकाग्र त गर्दछ तर जन्म-जन्मान्तरदेखि चित्तमा सङ्ग्रह भएका विकारको जरा काट्न

सक्दैन । भगवान् बुद्धले ध्यानको आठौं स्थितिको तह प्राप्त गरेर पनि निर्वाण प्राप्त गर्न असमर्थ रहनुमा मूलतः ध्यान साधनामा जागरुकता उपस्थित रहनु तर संप्रज्ञान पक्ष अनुपस्थित रहनु नै थियो ।

यसैले निर्वाण साधनामा सम्यक स्मृतिसँगै संप्रज्ञान (संवेदनाहरूको सतत उदय र व्यय बोध अनुभूति) जोडिन अत्यन्त आवश्यक छ। जब स्मृतिसँग संप्रज्ञान जोडिन्छ तब त्यो स्मृति सम्यक स्मृति बन्छ। सम्यक स्मृतिले मात्र चित्तमा जन्म-जन्मान्तरदेखि सङ्ग्रह भएका विकारलाई जरैदेखि उखेलेर चित्तलाई पूर्णरूपमा शुद्ध गर्दछ। भगवान् भन्नुहुन्छ कि सम्यक स्मृति साधनामा साधकले काय र चित्तका क्षेत्रमा उत्पन्न हुने संवेदनाप्रति रागद्वेष हटाएर कायानुपश्यी, वेदनानुपश्यी, चित्तानुपश्यी र धर्मानुपश्यी भएर विहार गर्दछ।

सम्यक समाधि

"कतमो च, भिक्खवे, सम्मासमाधि ? इध, भिक्खवे, भिक्खु विविच्चेव कामेहि विविच्च अकुसलेहि धम्मेहि सवितक्कं सविचारं विवेकजं पीतिसुखं पठमं झानं उपसम्पज्ज विहरति । वितक्कविचारानं वूपसमा अज्झत्तं सम्पसादनं चेतसो एकोदिभावं अवितक्कं अविचारं समाधिजं पीतिसुखं दुतियं झानं उपसम्पज्ज विहरति । पीतिया च विरागा उपेक्खको च विहरति, सतो च सम्पजानो, सुखञ्च कायेन पटिसंवेदेति, यं तं अरिया आचिक्खन्ति 'उपेक्खको सतिमा सुखविहारी' ति ततियं झानं उपसम्पज्ज विहरति । सुखस्स च पहाना दुक्खस्स च पहाना पुब्बेव सोमनस्सदोमनस्सानं अत्थङ्गमा अदुक्खमसुखं उपेक्खासतिपारिसुद्धिं चतुत्थं झानं उपसम्पज्ज विहरति अयं वुच्चति, भिक्खवे, सम्मासमाधि ।"

अर्थात् हे भिक्षुहरू! के हो सम्यक समाधि ? यहाँ (कोही) भिक्षु काम (कामना) बाट अलग भएर, अकुशल धर्मबाट अलग भएर, विवेकबाट उत्पन्न स-वितर्क र स-विचार प्रिति र सुखपूर्ण प्रथम ध्यानलाई प्राप्त गरेर विहार गर्दछ।त्यस्तै वितर्क र विचार शान्त भएपछि शान्त र चित्त एकाग्रतापूर्ण वितर्करहित विचाररहित प्रिति सुखयुक्त द्वितीय ध्यानलाई

प्राप्त गरेर विहार गर्दछ। त्यस्तै प्रितिबाट विरक्त भएर, उपेक्षक बनेर स्मृति र संप्रज्ञानले युक्त भएर शरीरमा सुखको अनुभव गर्दछ, जसलाई आर्य उपेक्षक स्मृतिवान् सुख विहारी भनिन्छ। त्यस तृतीय ध्यानलाई प्राप्त गरेर विहार गर्दछ। त्यसैगरी सुख र दुःखको परित्यागबाट सौमनष्य (चित्त उल्लास) र दौर्मनष्य (चित्त सन्ताप) समाप्त हुन जाँदा सुख र दुखरहित, जसमा उपेक्षाको कारण स्मृति शुद्धि हुन्छ, त्यस्तो चतुर्थ ध्यानलाई प्राप्त गरेर विहार गर्दछ। भिक्षुहरू! यसैलाई सम्यक समाधि भनिन्छ।

समाधिको अर्थ हो चित्तको एकाग्रता। ध्यानको क्षेत्रमा समाधि लोकप्रिय शब्द हो। समाधि वा चित्तको एकाग्रता ईश्वर, गुरु, दृश्य, शब्द, ध्वनि, मन्त्र, श्वास जस्ता आलम्बन (आधार) द्वारा पनि प्राप्त गर्न सकिन्छ तर चित्तको एकाग्रता मात्र सम्यक समाधि होइन। यदि कुनै बाह्य आलम्बनलाई ग्रहण गरेर मनमा राग वा द्वेषको भावना उत्पत्ति भइरहेको छ भने त्यस्तो समाधिलाई सम्यक समाधि मान्न सकिन्न।

यसैले आर्य आष्टाङ्गमार्ग साधनामा जब सम्यक समाधि भनिन्छ, यस शब्दले चित्तको त्यस्तो स्थितिलाई बुझाउँछ, जुन स्थितिमा चित्त एकाग्र र आलम्बनप्रति न राग न द्वेषको अवस्थामा रहन्छ। आर्य आष्टाङ्गमार्ग साधनामा जब श्वासलाई राग, द्वेष रहित भएर शुद्धरूपमा अवलोकन गरिन्छ, जब यो ध्यान साधना प्रक्रियामा ध्यान गहिरिंदै गएर चित्त एकाग्र भई न राग न द्वेषको जागरुक स्थितिमा रहन्छ, यस्तो स्थितिलाई सम्यक समाधि भनिन्छ। आर्य अष्टाङ्गमार्ग साधनामा साधकले सम्यक समाधि अन्तर्गत ध्यानका चार निम्नलिखित अवस्था प्राप्त गर्दछ।

प्रथम ध्यान (वितर्क, विचार, प्रीति, सुख, एकाग्रता वा समाधि)

सम्यक समाधि साधनामा प्रथम ध्यानस्थिति त्यस्तो स्थिति हो, जुन स्थितिमा साधकमा वितर्क, विचार, प्रिति, सुख र समाधिका अङ्ग शेष रहन्छन्। प्रथम ध्यानको स्थितिमा साधकको मनमा कामना (मूलतः कामवासना) सम्बन्धी मनमा उठिरहने विचारहरू शनैःशनैः उठ्न छाड्छन्। साधकमा राग र द्वेषरूप विकार उत्पन्न गर्ने अकुशल धर्महरू पनि टाढा हुँदै जान्छन्। यस्तो स्थितिमा साधकमा प्रिति प्रमोद (साधनाको

कारण मनमा जन्मने गहिरो सुखानुभूति) र सुख (देहको सुखद अनुभूति) तथा एकाग्रता वा समाधिको स्थिति उत्पन्न हुन्छ तर यस प्रथम ध्यानको स्थितिमा साधकको मनमा अझै अनेक प्रकारका विचार, तर्कवितर्क उठिरहन्छन् । तथापि यी विचार वा वितर्कहरू कामवासना तथा निकृष्ट कामनाहरूसँग जोडिएका हुँदैनन् ।

द्वितीय ध्यान (प्रिति, सुख, एकाग्रता वा समाधि)

जब ध्यान साधना विस्तार हुँदै जान्छ जब साधक ध्यान साधनाको गहिराइतर्फ बढ्दै जान्छ त्यस्तो स्थितिमा साधकले सम्यक समाधि साधनाको द्वितीय ध्यानको स्थिति प्राप्त गर्दछ । द्वितीय ध्यानको यस स्थितिमा साधकको मनमा उठ्ने अनेक प्रकारका वितर्क र विचार पनि क्रमशः क्षय हुँदै गई अन्ततः विचार र विर्तक उत्पन्न हुने प्रक्रिया नै समाप्त हुन्छ । साधनाका कारण यसरी मनमा तर्क, वितर्क र विचारहरू समाप्त हुँदा साधकको मनमा प्रिति प्रमोद (साधनाकालमा मनमा उत्पन्न हुने शान्ति र आनन्दका लहरहरू) र देहसुखका अनुभूतिहरू झन्झन् विस्तार हुन थाल्छन् । अथवा द्वितीय ध्यानको स्थितिमा साधकको विचार, वितर्क नष्ट भई मनमा प्रिति, देहमा सुख र समाधिका स्थिति शेष रहन्छन् ।

तृतीय ध्यान (सुख, एकाग्रता वा समाधि)

जब साधकले साधनालाई निरन्तरता दिइरहन्छ, यस्तो अवस्थामा साधना गहिरिँदै जाँदा साधकको मनमा उत्पन्न भएका प्रिति प्रमोदका लहरहरू पनि शनैःशनैः बिलाउँदै जान्छन् । तृतीय ध्यानको यस्तो स्थितिमा साधकको मनका प्रिति प्रमोदको अनुभूतिहरू लुप्त हुँदै गए पनि साधकमा अझै देहसुख र समाधिको अनुभूति शेष रहिरहन्छ । यसरी देहसुख र समाधि (वा मात्र दुई अङ्गह) शेष रहने यस द्वितीय ध्यानको स्थितिमा साधक उपेक्षक, स्मृतिवान् र सुख विहारी स्थितिमा रहन्छ । स्मरणरहोस् यो तृतीय ध्यानको सुख विहार अवस्था सुखद संवेदनाहरूका भोगबाट प्राप्त हुने सुख विहार होइन । अपितु उपेक्षा वा समभावबाट उत्पन्न हुने सुख विहार हो । तृतीय ध्यानको स्थितिमा साधक आर्य (सन्त) बन्छ ।



चौथो ध्यान (एकाग्रता वा मात्र समाधि)

ध्यानको तेस्रो अवस्थाको प्राप्तिपश्चात् जब साधकले सम्यक समाधि साधनालाई निरन्तरता दिइरहन्छ, त्यो स्थितिमा साधना झन्‌झन् गहिरिँदै गएर साधकमा देह सुखका अनुभूतिहरू वा संवेदनाहरू समाप्त भएर जान्छन्, जसका कारण साधकमा समाधिको अङ्गमात्र शेष रहन्छ। सम्यक समाधिको यस्तो स्थिति, जहाँ समाधि मात्र शेष रहन्छ, त्यसैलाई चौथो ध्यान भनिन्छ। यस्तो स्थितिमा पूर्ण जागरुकताका कारण उत्पन्न हुने समाधिको बोध साधकमा रहन्छ। यसरी सम्यक समाधि साधनामा साधक चरणबद्धरूपमा साधनामा प्रगति गर्दै गएर प्रथम ध्यान (वितर्क, विचार, प्रिति, सुख, एकाग्रता), द्वितीय ध्यान (प्रिति, सुख, एकाग्रता), तृतीय ध्यान (सुख, एकाग्रता) अन्ततः चौथो ध्यान (मात्र समाधि) को स्थितिमा आइपुग्छ।

सम्यक व्यायाम

"कतमो च, भिक्खवे, सम्मावायामो ? इध, भिक्खवे, भिक्खु अनुप्पन्नानं पापकानं अकुसलानं धम्मानं अनुप्पादाय छन्दं जनेति वायमति वीरियं आरभति चित्तं पग्गण्हाति पदहति; उप्पन्नानं पापकानं अकुसलानं धम्मानं पहानाय छन्दं जनेति वायमति वीरियं आरभति चित्तं पग्गण्हति पदहति; अनुप्पन्नानं कुसलानं धम्मानं उप्पादाय छन्दं जनेति वायमति वीरियं आरभति चित्तं पग्गण्हति पदहति; उप्पन्नानं कुसलानं धम्मानं ठितिया असम्मोसाय भिय्योभावाय वेपुल्लाय भावनाय पारिपूरिया छन्दं जनेति वायमति वीरियं आरभति चित्तं पग्गण्हाति पदहति। अयं वुच्चति, भिक्खवे सम्मावायामो।"

अर्थात् हे भिक्षुहरू! के हो सम्यक व्यायाम ? यहाँ भिक्षुहरू! कोही भिक्षु अनुत्पन्न, पापपूर्ण, अकुशल धर्मलाई उत्पन्न हुन नदिन इच्छा उत्पन्न गर्दछ, उद्योग गर्दछ, वीर्यारम्भ गर्दछ, चित्तलाई रोक्छ, थाम्छ। उत्पन्न भएको पापपूर्ण अकुशल धर्मको प्रहाण वा विनाशका लागि इच्छा उत्पन्न गर्दछ, उद्योग गर्दछ, वीर्यारम्भ गर्दछ, चित्तलाई रोक्छ, थाम्छ।

अनुत्पन्न कुशल धर्मको उत्पत्तिका लागि इच्छा उत्पन्न गर्दछ, उद्योग गर्दछ, वीर्यारम्भ गर्दछ, चित्तलाई रोक्छ, थाम्छ। उत्पन्न भएको कुशल धर्मको स्थिति, अ-नाश (रक्षा), वृद्धि, विपुलता, भावनाको परिपूर्णताका लागि इच्छा जगाउँछ, उद्योग गर्दछ, वीर्यारम्भ गर्दछ, चित्तलाई रोक्छ, थाम्छ। भिक्षुहरू ! यसैलाई सम्यक व्यायाम भनिन्छ।

सम्यक व्यायाम अर्थात् मनको सम्यक व्यायाम। जसरी शरीरका विकार, रोग, दुर्बलता आदिलाई हटाउन शारीरिक व्यायाम आवश्यक पर्छ त्यसैगरी मनका विकार, रोग, दुर्बलता आदि नष्ट गर्न मनको व्यायाम आवश्यक छ। सम्यक व्यायाम साधनामा साधक स्वयंको मनका विकार, दुर्बलता आदिलाई हटाउन माथि भगवान्ले व्याख्या गर्नुभएझैं साधकले चार प्रकारका प्रयत्न गर्दछ, प्रयास गर्दछ।

प्रथमप्रयत्न :- जुन विकार वा पाप अहिलेसम्म मनमा उत्पन्न भएको छैन, त्यस्तो विकार मनमा प्रवेश नगरोस् भन्ने प्रयत्न गर्दछ।

दोस्रोप्रयत्न :- जुन विकार वा पाप मनमा उत्पन्न भएको छ त्यस्तो विकारलाई साधनाद्वारा हटाउने प्रयत्न गर्दछ।

तेस्रोप्रयत्न :- जुन कुशल धर्म अहिलेसम्म मनमा उत्पन्न भएको छैन त्यसलाई उत्पन्न गर्ने प्रयत्न गर्दछ।

चौथोप्रयत्न :- जुन कुशल धर्म मनमा उत्पन्न भएको छ, सङ्ग्रह भएको छ त्यसलाई संरक्षित गर्ने वा विकास गर्ने प्रयत्न गर्दछ।

सम्यक व्यायाम साधनामा साधक यी चार प्रयत्न अन्तर्गत कुनै पृथक वा विशिष्ट प्रकारको कुनै पनि प्रयत्न गर्दैन। उसले साक्षीभावले चित्तको त्यस क्षणको स्थिति जस्तो छ चित्तको त्यही स्थिति वा अवस्थालाई यथाभूतरूपमा प्रतिक्रियाविहीन भएर बोध गर्दछ। प्रज्ञावान् र जागरुक भएर अवलोकन गर्दछ। जब साधकले यसरी चित्तको वर्तमान अवस्थालाई जस्तो छ त्यस्तैरूपमा अवलोकन गर्न प्रारम्भ गर्दछ, साधकमा त्यस्तो जागरुक र प्रज्ञापूर्ण क्षणमा मनमा अहिलेसम्म उत्पन्न नभएका विकार उत्पन्न नै हुँदैन। यदि मनमा कुनै विकार उत्पन्न भयो भने पनि त्यो स्वतः बिलाएर जान्छ। मनमा अहिलेसम्म नजागेको कुशल





धर्म (संवेदनाहरूप्रतिको समभाव) स्वतः जाग्छ तर मनमा कुशल धर्म उपस्थित छ भने त्यो झन् विस्तार भएर जान्छ।

सम्यक सङ्कल्प

"कतमो च, भिक्खवे, सम्मासक्तप्पो ? नेक्खम्मसक्तप्पो, अब्यापादसङ्गप्पो, अविहिंसासक्तप्पो। अयं वुच्चति, भिक्खवे, सम्मासक्तप्पो।"

अर्थात् हे भिक्षुहरू ! के हो सम्यक सङ्कल्प ? उत्तर हो नैष्क्रम्य (निष्कामता, निष्क्रमण, संसार त्याग), संसार त्याग सङ्कल्प, द्रोह नगर्ने सङ्कल्प, हिंसा नगर्ने सडकल्प। भिक्षुहरू ! यसैलाई सम्यक सङ्कल्प भनिन्छ।

सङ्कल्पको अर्थ हो मनको चिन्तन मनन्, मनको सङ्कल्प, विकल्प। जब आर्य अष्टाङ्गमार्ग वा विपश्यना साधना सुरू हुन्छ, साधनाका प्रारम्भिक दिनहरूमा वा (पूर्णरूपमा साधनाबाट मनका विकार नष्ट नभएको स्थितिसम्म) साधकको मनमा कामना, तृष्णा, द्वेष, हिंसा आदिसँग सम्बन्धित अनेक प्रकारका सङ्कल्प, विकल्प, विचार, तर्क, वितर्कहरू मन वा चित्तमा उठिरहन्छन्। सम्यक सङ्कल्प साधनामा साधक चित्तमा यस्ता रागपूर्ण, द्वेषपूर्ण, मोहपूर्ण विचारहरू उत्पन्न भएको क्षणमा पनि न खुसी हुन्छ न त दुःखी वा व्याकुल हुन्छ। न त उसले खुसी बनेर राग उत्पन्न गर्दछ न व्याकुल बनेर दुःषित विचारलाई हटाउने द्वेषपूर्ण प्रयत्न नै गर्दछ। उसले सम वा द्रष्टाभावले यी सङ्कल्प, विकल्पलाई अवलोकन मात्र गर्दछ र यी सङ्कल्प, विकल्पप्रति स्मृतिवान् र प्रज्ञावान् बन्छ। यसप्रकार उसले मनमा सङ्कल्प, विकल्प उठ्ने बित्तिकै रागपूर्ण वा द्वेषपूर्ण प्रतिक्रिया दिने मनको स्वभावलाई नष्ट गर्दछ र निवार्णतर्फ शनैःशनैः अगाडि बढ्छ।

सम्यक दृष्टि वा दर्शन

"कतमा च, भिक्खवे, सम्मादिटिठ् ? यं खो, भिक्खवे, दुक्खे ञाणं, दुक्खसमुदये ञाणं, दुक्खनिरोधे ञाणं, दुक्खनिरोधागामिनिया पटिपदाय ञाणं। अयं वुच्चति भिक्खवे, सम्मादिटिठ्।"

अर्थात् हे भिक्षुहरू! के हो सम्यक दर्शन ? यी जुन दुःख विषयक ज्ञान, दुःख समुदय विषयक ज्ञान, दुख निरोध विषयक ज्ञान, दुख निरोध गामिनी प्रतिपदा विषयक ज्ञान छन्, भिक्षुहरू! यसैलाई सम्यक दर्शन भनिन्छ।

ध्यान वा अध्यात्मको क्षेत्रमा आज 'दर्शन' शब्द अपभ्रंशित बन्न पुगेको छ। यस शब्दको सही अर्थ ग्रहण गर्न असमर्थ हुँदा कैयौं साधक साधना वा ध्यानमा ईश्वर, गुरु आदिका दृश्य स्वरूप आदिको दर्शनको अभिलाषा राख्न पुगेका छन्।

सम्यक दृष्टि वा दर्शनको अर्थ हुन्छ, जुन वस्तु जस्तो छ त्यस वस्तुको गुण, स्वभाव, धर्मलाई त्यहीरूपमा हेर्ने वा अन्तर चक्षुद्वारा मनको आन्तरिक प्रदेशमा बोध (अनुभूति) गर्ने। जब साधकले जुन वस्तु जस्तो छ त्यस्तैरूपमा दृष्टि दिन्छ, उसले प्रत्यक्ष ज्ञान प्राप्त गर्दछ। यसैलाई सम्यक ज्ञान भनिन्छ। आर्य आष्टाङ्गमार्गका जुन साधनाद्वारा भगवान् स्वयंले निर्वाण प्राप्त गर्नुभएको थियो त्यस साधनाका प्रत्येक अङ्ग वा साधनाको व्याख्या गरेपश्चात् भगवान् आर्य अष्टाङ्गमार्ग साधनाको व्याख्यालाई समापन गर्दै भन्नुहुन्छ-

"अयं खो सा, भिक्खवे, मज्झिमा पटिपदा तथागतेन अभिसम्बुद्धा चक्खुकरणी ञाणकरणी उपसमाय अभिञ्ञाय सम्बोधाय निब्बानाय संवत्तति।"

अर्थात् यही हो भिक्षुगण! त्यो मध्यमार्ग, जसले चक्षु प्रदान गर्दछ, ज्ञान प्रदान गर्दछ, जो उपशमनका लागि, अभिज्ञ हुनका लागि, सम्बोधिको लागि र निर्वाणका लागि हो।

आर्य अष्टाङ्गमार्गको व्याख्यापश्चात् भगवान् धर्मचक्र प्रर्वतन सुत्तका चार आर्य सत्यका व्याख्यामा प्रवेश गर्दै हुनुहुन्छ। यहाँनेर के प्रश्न उठ्छ की के हो चार आर्य सत्य ?

चार आर्य सत्य

चार आर्य सत्यको कुरा गर्ने बित्तिकै प्रायः मानिसहरूले चार आर्य सत्य भनेको दुःख छ, दुःखको कारण छ, दुःख निरोधको अवस्था छ, दुःख





निरोधसम्म पुग्ने मार्ग छ भन्दछन् । उनीहरूका अभिमतलाई मनन गर्दा चार आर्य सत्य कुनै कोरा बौद्धिक वा सैद्धान्तिक ज्ञान मात्र हो भैँ देखिन्छ। तर वास्तविकतामा यी चार आर्य सत्य कुनै वौद्धिक ज्ञान, धार्मिक मत, साम्प्रदायिक मान्यता आदि होइनन् । चार आर्य सत्य बुद्ध दर्शन पनि होइन । यी चार आर्य सत्य संसारका प्रत्येक मानव जीवनको यथार्थ वा सत्य हुन् । किनकि संसारका प्रत्येक मानिस दुःखी छ । प्रत्येक मानिसका दुःखका पछाडि कारण छन् । प्रत्येक मानिसको जीवनमा दुःख निरोध वा निर्वाण अवस्था छ। (स्मरणरहोस्) प्रत्येक मानिसमा निर्वाण वा दुःख निरोध स्थिति उपस्थित छ तर चित्तविकारले छोपिएकाले त्यसलाई बोध गर्न सकिरहेका छैनन् । यस दुःख निरोध वा निर्वाण अवस्थासम्म पुग्ने मार्ग वा साधनाविधि छ ।

तपाईं जीवनमा दुःख छ भन्ने सत्यलाई सहजै बुझ्नुहुन्छ। तपाईं स्वयंको जीवनका दुःखको कारण छन् भन्ने सत्यलाई पनि केही हदसम्म बुझ्नुहुन्छ तर स्वयंको जीवनमा दुःख निरोध वा दुःख अनुपस्थित (निर्वाण) अवस्था छ भन्ने सत्यलाई भने अनुभूतिमा प्राप्त नभएकाले सहजै बुझ्न सक्नुहुन्न । तपाईं निर्वाणको स्थितिमा पुग्ने दुःख निरोध मार्ग (साधनाविधि) छ भन्ने सत्यलाई पनि त्यस क्षणसम्म बुझ्नै सक्नुहुन्न जबसम्म तपाईं आफैँ साधनाद्वारा निर्वाणावस्था प्राप्त गर्नुहुन्न ।

चार आर्य सत्य धर्मचक्र वा आर्य अष्टाङ्गमार्ग साधनाको सैद्धान्तिक पथप्रदर्शन हो । निर्वाण साधना भन्नु नै यथार्थतामा तपाईं स्वयंको दुःख सत्यबाट निर्वाण सत्यसम्मको आन्तरिक साधनायात्रा हो । साधनामा तपाईं आर्य अष्टाङ्ग साधना वा विपश्यना (मार्ग सत्य) द्वारा दुःखको कारण (दुःख समुदय सत्य) लाई नष्ट गरी दुःख (दुःख सत्य) को नाश र निर्वाण (दुःख निरोध सत्य) प्राप्त गर्नुहुन्छ। जब तपाईं यी चार सत्यलाई साधनामा 'विधिपूर्वक' उतारेर जन्म-जन्मान्तरका संस्कार नष्ट गरी अनार्य (सांसारिक) व्यक्तिबाट आर्य (सन्त) बन्नुहुन्छ त्यो क्षणमा यी चार सत्य चार आर्य सत्यमा परिणत हुनपुग्छ ।

दुःख आर्य सत्य

चार आर्य सत्यको व्याख्या गर्दै भगवान् भन्नुहुन्छ-

"इदं खो पन, भिक्खवे, दुक्खं अरियसच्चं - जरापि दुक्खा, जातिपि दुक्खा, ब्याधिपि दुक्खो, मरणम्पि दुक्खं, अप्पियेहि सम्पयोगो दुक्खो, पियेहि विप्पयोगो दुक्खो, यम्पिच्छं न लभति तम्पि दुक्खं- संखित्तेन पञ्चुपादानक्खन्धा दुक्खा।

अर्थात् हे भिक्षुहरू! के हो ? दुःख आर्य सत्य ? जन्म पनि दुःख हो। वृद्धावस्था पनि दुःख हो। रोग पनि दुःख हो। मृत्यु पनि दुःख हो। अप्रियसँगको संयोग पनि दुःख हो। प्रियसँगको विछोड पनि दुःख हो। इच्छित वस्तु प्राप्त नहुनु पनि दुःख हो। संक्षेपमा पाँच उपादान स्कन्ध (रूप, विज्ञान, संज्ञा, वेदना, संस्कार) नै दुःख हुन्।

दुःख संसारको यथार्थ हो, संसारका प्रत्येक मानिसको जीवनको यथार्थ हो। यहाँ प्रत्येक मानिस आ-आफ्ना जीवनमा आ-आफ्नै कारणले दुःखी छन्। यहाँ प्रत्येक मानिस मनमा प्रतिक्षण दुःख (दुःखद संवेदना) उत्पन्न गरिरहेका छन्। कतै कोही मानिस क्षणिकरूपमा खुसी जस्ता देखिए पनि खुशी अर्थात् ती (सुखद संवेदना) पनि अनित्य धर्म वा स्वभावका भएकाले अन्ततः मानिस दुःखी नै हुन पुग्छ।

भगवान् दुःख आर्य सत्यलाई व्याख्या गर्दै भन्नुहुन्छ- भिक्षुहरू! जन्म हुनु पनि दुःख हो। वृद्धावस्था पनि दुःख हो। बिमारी हुनु पनि दुःख हो। मृत्यु पनि दुःख हो। अप्रियसँगको संयोग पनि दुःख हो। प्रियसँगको विछोड पनि दुःख हो। दुःखका कारण अनन्त छन्, असङ्ख्य छन्।

भगवान्‌ले माथि केही मात्र उदाहरण दिनुभएको छ। जब मानिस कुनै कारणवश दुःखी हुन्छ अथवा जब मानिसको मनमा दुखका अनुभूति (संवेदना) उत्पन्न हुन्छ तब उसले ती संवेदनालाई भोग्छ। संवेदनाहरूलाई भोग गरेकै कारण ऊ दुःखी, निराश, व्याकुल हुन पुग्छ। जब मानिस संवेदनालाई भोग्न थाल्छ, त्यस क्षणमा जेजस्तो संस्कारबीज प्राप्त भएको हुन्छ त्यही संस्कारबीजलाई सङ्ग्रह, विस्तार गर्दछ र बीजअनुरूप फल दिने धम्मका नियमहरूका कारणले गर्दा ती विकार (मनको संवेदना भोग्ने स्वभाव) हरू झन्झन् विस्तार हुन पुग्छ। फलतः ऊ झन्झन् दुःखी हुनपुग्छ, झन्झन् विकारयुक्त हुन पुग्छ र दुःख चक्रमा फसिरहन्छ। ऊ अनार्य वा सांसारिक वृत्तिको मानिस बनिरहन्छ, उसले सांसारिक वृत्तिकै विस्तार गरिरहेको हुन्छ।





तर जब साधकले दुःख (दुःखद संवेदना) माथि साधना गर्दछ, जब दुःख (दुःखद संवेदना) को गुण, धर्म, स्वभावप्रति जागरुक बन्छ, साक्षीभावी वा द्रष्टाभावी बन्छ। जब उ संवेदनाहरूप्रति जागरुक र प्रज्ञावान् बन्छ (स्मरण रहोस्–संवेदनाप्रति जागरुक र समभावी प्रज्ञापूर्ण स्थिति नै आर्य अष्टाङ्ग मार्ग साधना हो। यही नै विपश्यना हो) साधनाको यस क्षणमा धम्मका नियमहरूले यही समभाव बीजलाई विस्तार गरिदिँदा साधकको चित्तमा नयाँ विकार नबन्ने मात्र नभई जन्म-जन्मान्तरका विकार पनि क्रमशः नष्ट हुँदै जान्छन्।

जब विकारहरू नष्ट हुन थाल्छन् तब साधकले विराट्को अवस्थामा प्रवेश गर्दछ, इन्द्रियातीत क्षेत्रमा प्रवेश गर्दछ, निर्वाणको क्षेत्रमा प्रवेश गर्दछ र अन्ततः साधनाको सिद्धावस्था निर्वाण प्राप्त गर्दछ। यसरी दुःखको साधना (दुःखद संवेदनाको समभाव र प्रज्ञापूर्ण अवलोकन) बाट साधकले निर्वाण प्राप्त गर्दछ, यसरी दुःख सत्य आर्य सत्य बन्छ।

जब दुःख (दुःखद संवेदना) का चर्चा गरिन्छ तब सुख (सुखद संवेदना) का पनि प्रसङ्ग उठ्छ। सुखद संवेदनाहरू झट्ट हेर्दा दुःख जस्ता प्रतीत हुँदैनन्; सुखद नै लाग्छन् तर ती सुखद अनुभूति पनि क्षणिक वा अनित्य स्वभावका भएकाले अन्ततः बिलाएरै जान्छन्। प्रियसँगको विछोड पनि दुःखमा परिणत भए जस्तै सुख (सुखद संवेदना) पनि अन्ततः दुःखमै परिणत हुन्छ। अनि त्यस क्षणमा मानिस दुःखी हुने (संवेदनाहरू भोग गर्ने) हुनाले सुखद संवेदनाहरूले पनि संस्कारै उत्पन्न गर्दछन् र अन्ततः दुःखमै परिणत हुन पुग्छन्।

साथै दुःखद संवेदनाका भोगले चित्तमा संस्कार उत्पन्न गरे जस्तै सुखद संवेदनाका भोगले पनि चित्तमा संस्कारै उत्पन्न गर्दछ। मानिस जतिजति सुखद संवेदना भोग्न थाल्छ उतिउति उसमा यी संवेदनाप्रतिको भोग तृष्णा विस्तार हुन पुग्छ। फलतः उसले प्रतिक्षण यिनै सुखद संवेदना प्राप्त गर्ने प्रयास गरिरहन्छ, विषय प्राप्त गर्ने प्रयास गरिरहन्छ, कर्म भोग गर्ने प्रयास गरिरहन्छ, जुन धम्मको नियमानुसार संस्कारै बनिरहन्छ।

दुःख (दुःखद संवेदना) माथिको साधनामा एक महत्वपूर्ण पक्ष के छ भने जब साधकको मनमा दुःखद संवेदना उत्पन्न हुन्छन् तब

साधक धेरै हदसम्म यी संवेदनाप्रति समभावी बन्न सफल हुन्छ तर जब मनमा सुखद संवेदना उत्पन्न हुन्छन् वा जब साधना गहिरिँदै जाँदा साधकमा भङ्ग (शरीरको स्थूलपना समाप्त भएर मधुर सूक्ष्म तरङ्ग उदय र व्ययको बोध रहने स्थिति), प्रिति प्रमोद (मनमा उत्पन्न हुने आनन्दका लहर), प्रश्रब्धि (कायको शान्तपना, आनन्दपना), अष्टकलाप (पृथिवी, अग्नि, वायु, जल चार भूतबाट उत्पन्न हुने सुखद तरङ्ग) आदि अवस्था प्राप्त हुन थाल्छ, यी अवस्थामा उत्पन्न हुने संवेदना सुखद प्रकृतिका हुने हुनाले यी सुखद सूक्ष्म संवेदनप्रति साधकलाई समभावी बन्न कठिन हुन्छ। यी अवस्थामा मनलाई सूक्ष्म सुखद संवेदनाका उदय र व्ययरूपी सतत धारा वा अनित्य स्वभावलाई अनुभूति गर्न वा समात्न निकै कठिन हुन जान्छ।

यस्तो अवस्थामा कैयौँ साधक यिनै सुखद अनुभूतिलाई निर्वाणको अनुभूति मानेर भोग गर्न थाल्छन्। फलतः साधकको मनमा सुखद संवेदनाप्रति राग उत्पन्न हुन पुग्छ। साधक साधनाको मूल मर्म समभावको स्थितिबाट च्यूत हुन पुग्छ तर जब यी सूक्ष्म सुखद संवेदनाप्रति साधक समभावी बन्दै जान्छ, धैर्यतापूर्वक समभावी साधनालाई निरन्तरता दिँदै जान्छ, ऊ देह र चित्तमा उत्पन्न सम्पूर्ण संवेदनाका क्षेत्रलाई पार गरेर इन्द्रियातीत निर्वाण क्षेत्रमा पुग्छ। यसरी दुःख सत्य आर्य सत्यमा परिणत हुन्छ। साधक आर्य वा विकाररहित शुद्ध चित्तयुक्त सन्त बन्छ।

माथिको श्लोकको अन्त्यमा भगवान्ले दुःख आर्य सत्यको महत्वपूर्ण पक्षमा प्रकाश पार्दै भन्नुभएको छ कि मूलतः पाँच स्कन्ध (देह र चित्तका चार स्कन्ध, विज्ञान, संज्ञा, वेदना, संस्कारहरू) प्रतिको आशक्ति नै मुख्य दुःख हो। प्रश्न उठ्छ कि आखिर किन पाँच स्कन्धप्रतिको आशक्ति नै मुख्य दुःख हो ? पाँच स्कन्धप्रतिको आशक्तिबाट 'म' र 'मेरो' आदि रूप मूल अविद्या भाव उत्पन्न हुने हुनाले पाँच स्कन्धप्रतिको आशक्ति नै मुख्य दुःख हो। यही अविद्याका कारण मानिसले आफूलाई देह मानेर संवेदनाहरू भोग गर्दछ। यसै कारणले पाँच स्कन्धप्रतिको आशक्तिलाई दुःख मानिएको हो।

जबसम्म अविद्या रहिरन्छ, त्यो स्थितिसम्म साधक 'म' र 'मेरो' को





परिधिबाट बाहिर निस्कन सक्दैन। ऊ पाँच स्कन्धको क्षेत्रमै सीमित रहन्छ, सुखद-दुःखद अनुभूतिको क्षेत्रमै रहन्छ, बन्धन र विकारकै क्षेत्रमा रहन्छ। यसैले पञ्चस्कन्धप्रतिको आशक्ति दुःख हुन पुग्छ। जब दुःख आर्य सत्यमाथि साधना गरिन्छ तब साधना सिद्धिकालमा 'म' र 'मेरो' को भाव नाश हुन्छ र साधकले अन्ततः निर्वाण प्राप्त गर्दछ।

दुःखसमुदय आर्य सत्य

"इदं खो पन, भिक्खवे, दुक्खसमुदयं अरियसच्चं- यायं तण्हा पोनोब्भविका नन्दिरागसहगता तत्रतत्राभिनन्दिनी, सेय्यथिदं कामतण्हा, भवतण्हा, विभवतण्हा।"

अर्थात् भिक्षुहरू! नन्दीरागसँग जोडिएको, जुनसुकै विषयको अभिनन्दन गर्ने, पटकपटक उत्पन्न हुने जुन तृष्णा छ, जस्तै कामतृष्णा, भवतृष्णा, विभवतृष्णा आदि त्यही नै दुख समुदय आर्य सत्य हो।

दोस्रो आर्य सत्य हो- दुःख समुदय वा दुःख उत्पत्तिका कारण रूप तृष्णा। यहाँ प्रश्न उठ्छ कि तृष्णा के हो ? प्रिय विषयबाट प्राप्त हुने सुखद संवेदनाप्रतिको भोग इच्छा र अप्रिय विषयबाट प्राप्त हुने दुःखद विषयप्रतिको वितृष्णा वा भोग अनिच्छा नै तृष्णा हो। स्मरणरहोस् यदि कुनै मानिसलाई कुनै विषय प्रिय वा अप्रिय छ भने मूलतः त्यो विषयबाट प्राप्त हुने संवेदनाकै कारण हुन्छ। विषयप्रतिको तृष्णा पूर्णरूपमा संवेदनासँग जोडिएको हुन्छ। यो विषयबाट प्राप्त हुने संवेदनाप्रतिको तृष्णा प्रतिपल उत्पन्न हुन्छ, कहिले कुनै विषय त कहिले कुनै विषयसँग सम्बन्धित राग वा द्वेष संवेदना लिएर उत्पन्न हुन्छ।

भगवान् भन्नुहुन्छ कि मानिसको जीवनमा तीन प्रकारका तृष्णा छन्। कामतृष्णा, भवतृष्णा र विभवतृष्णा।

कामतृष्णा :- कामवासनासहित छ इन्द्रिय (नाक, कान, आँखा, जिब्रो, छाला र मन) सँग जोडिएका सम्पूर्ण कामना वा तृष्णा कामतृष्णा हुन्। कामतृष्णा अनन्त छन्, असङ्ख्य हुन्छन्। ६ इन्द्रियसँग जोडिएका यी असङ्ख्य इच्छा, कामना, तृष्णा (जुन संस्कारका रूपमा सङ्ग्रह भएका हुन्छन्) मानिसका मनमा प्रतिपल उत्पन्न भएर मनलाई व्याकुल बनाइरहेका हुन्छन्। यिनै अनेक रागपूर्ण र द्वेषपूर्ण तृष्णाका कारण

मानिस जन्मदेखि मृत्युपर्यन्त दौडिरहन्छ, दुःख पाइरहन्छ। यसरी यही कामतृष्णा नै दुःखको कारण बन्छ। स्मरणरहोस् आर्य अष्टाङ्गमार्ग साधनामा जब तृष्णा भनिन्छ, ती विषयको तृष्णा नभई विषयबाट जन्मने संवेदनाप्रतिको तृष्णा भन्ने बुझिन्छ। आर्य अष्टाङ्ग साधना संवेदनामाथि गरिने भएकाले साधकले विषय र विषयबाट उत्पन्न हुने संवेदनाको पृथकताप्रति होशपूर्ण हुनु अत्यावश्यक हुन्छ। विषय र विषयबाट उत्पन्न हुने संवेदनाप्रतिको पृथकतालाई बुझ्न नसक्दा कैयौँ साधक इन्द्रियका विषयबाट पृथक रहने हेतुले हिमाल, पर्वत, गुफा आदिमा तपस्या गर्न पुग्छन्। इन्द्रियलाई विषयबाट निवृत्त गर्न देहपीडक तपस्यामा संलग्न हुन्छन्। यसैले साधकहरू विषय र विषयसंवेदनाको पृथकतामा स्पष्ट हुन जरुरी छ।

भवतृष्णा :-यो भनेको 'म' प्रतिको तृष्णा हो। 'म' सधैँ जुनसुकै अवस्थामा पनि बाँचिरहूँ भन्ने तृष्णा नै भवतृष्णा हो। यस तृष्णामा साधक बाह्यरूपमा भन्छ कि यो संसारमा दुःख छ र यसबाट छुटकारा पाउनुपर्छ तर उसले मनमा भने 'म' कुनै न कुनैरूपमा रहनुपर्छ भन्ने तृष्णा राख्छ। मृत्युपश्चात् पनि चाहे त्यो स्वर्गलोक, ब्रह्मलोक, निर्वाण जेजस्तो स्थिति भए पनि 'म' आत्मा वा अन्य कुनै न कुनैरूपमा रहनैपर्छ भन्ने तृष्णा मनमा राखिरहन्छ। उसले 'म' नष्ट भएको कल्पनै गर्न सक्दैन। यही तृष्णा नै भवतृष्णा हो। यो 'म' प्रतिको एक गहन आशक्ति हो। जबसम्म 'म' प्रति आशक्ति रहन्छ तबसम्म साधकमा कर्ताभाव, भोक्ताभाव नष्ट हुँदैनन्, 'म' रूपी मूल अविद्या नष्ट हुँदैन। जबसम्म 'म' रूपी तृष्णा नष्ट हुँदैन तबसम्म संवेदनाहरूका भोग चलिरहन्छ। यस्तो स्थितिमा साधकले अनात्मबोधको स्थिति प्राप्त गर्न सक्दैन। फलतः दुःखचक्र, भवचक्र, लोकचक्र प्राप्त भइरहन्छ।

विभवतृष्णा :- एउटा अति छ भवतृष्णा वा जुनसुकै स्थितिमा 'म' बाँच्नुपर्‍यो, म रहनुपर्‍यो भन्ने तृष्णा। दोस्रो अति छ विभवतृष्णा, जुन तृष्णामा साधकको मलाई मुक्त हुनुछ, मलाई यस भवचक्रबाट छुट्नुछ जस्ता भाव मनमा रहन्छ। यस विभवतृष्णामा 'म' भावलाई प्रत्यक्ष रूपमा बचाउन नखोजिएको जस्तो देखिए पनि यस विभवतृष्णाको केन्द्रमा पनि





'म' नै छ। यो अदृष्य जस्तो छ, तर म मुक्त हुन चाहन्छु भन्ने तृष्णामा 'म' उपस्थित छ। जबसम्म 'म' उपस्थित छ तबसम्म साधकमा मूल अज्ञान वा मूल अविद्या उपस्थित रहन्छ। जबसम्म अज्ञान उपस्थित रहन्छ तबसम्म मनमा उठेका संवेदनाप्रति भोक्ताभाव उपस्थित रहन्छ। यसरी 'म' बाँचिरहेको स्थितिमा अनात्म बोधको अवस्था प्राप्त हुँदैन, निर्वाण स्थिति प्राप्त हुँदैन।

दुःख निरोध आर्य सत्य

"इदं खो पन, भिक्खवे, दुक्खनिरोधं अरियसच्चं- यो तस्सायेव तण्हाय असेसविरागनिरोधो चागो पटिनिस्सग्गो मुत्ति अनालयो।"

अर्थात् भिक्षुहरू! यो हो दुःख निरोध आर्य सत्य, जुन तृष्णाको सर्वथा विराग-निरोध, त्याग, प्रतिनिसर्ग, मुक्ति, अनालयको अवस्थामा छ।

यहाँनेर सर्वप्रथम प्रष्ट हुनुपर्ने के छ भने यो निरोध भनेको के हो ? हाल निरोधको अर्थ रोक्नु, दबाउनु आदि अर्थमा रहेको छ तर भगवान्‌को समयमा निरोधको अर्थ हुन्थ्यो जरादेखि नै उखेलेर फाल्नु।

त्यसैले दुःख निरोध त्यो अवस्था हो, जहाँ दुःख सधैँका लागि समाप्त भएको हुन्छ। यस अवस्थामा दुःखका जरा वा विकार साधनाका कारण उच्छेद भएर नष्ट हुन्छन्। यी जरा यसरी नष्ट हुन्छन् कि पुनः पलाउने सम्भावना नै रहेको हुँदैन। यस अवस्थामा सम्पूर्ण विषयका तृष्णा समाप्त हुन्छन् र जीवनको जुन निर्वाण अवस्था प्राप्त हुन्छ। यस अवस्थामा विषय र इन्द्रियको मिलनबाट मनमा सुखद वा दुखद जुनसुकै संवेदना उत्पन्न भए पनि मनले ती संवेदनालाई भोग गर्दैन, जसले गर्दा निर्वाण प्राप्त पुरुष साधारण मानिस जस्तै सुखद संवेदना प्राप्त हुँदा खुसी हुँदैनन्। र, दुःखद संवेदना प्राप्त हुँदा दुःखी हुँदैनन्। अर्थात् मनका संवेदनाले निर्वाण प्राप्त पुरुषलाई विचलित गर्न सक्दैन। चित्त पूर्णरूपमा जुनसुकै स्थितिमा पनि पूर्ण समभावको अवस्थामा रहन्छ।

जुन साधकले दुःख निरोध आर्य सत्यमा साधना गर्दछ अथवा दुःख निरोध (निर्वाणको अवस्था) प्राप्त गर्ने प्रयास गर्दछ उसले यो साधना पनि देह र चित्तको क्षेत्रमा नै गर्दछ, देह र चित्त क्षेत्रका

संवेदनामाथि नै गर्दछ। जब शरीर र चित्तमा संवेदना उत्पन्न हुन्छन्, जब उत्पन्न संवेदनाप्रति मनमा द्वेष वा रागपूर्ण तृष्णा जाग्छ त्यस क्षणमा ऊ स्मृतिवान् बन्छ, प्रज्ञावान् बन्छ, संवेदनाप्रति समभावी वा द्रष्टाभावी बन्छ र सम्यक दृष्टिले यी संवेदनाका अनित्य गुण, स्वभाव र धर्मलाई अवलोकन गरिरहन्छ। यी अनित्य स्वभावका तरङ्ग देह र चित्तको क्षेत्रमा उठ्दै बिलाउँदै गरेको अनुभूति गरिरहन्छ। यही नै आर्य अष्टाङ्गमार्ग साधना हो। साधकले अन्ततः यही साधना प्रक्रियाद्वारा साधनाका विभिन्न चरण पार गर्दै दुःख निरोध वा निर्वाण अवस्था प्राप्त गर्दछ।

दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदा आर्य सत्य

"इदं खो पन, भिक्खवे, दुक्खनिरोधगामिनी पटिपदा अरियसच्चं- अयमेव अरियो अटठ्ङ्गिको मग्गो, सेय्यथिदं- सम्मादिटिठ् सम्मासङ्कप्पो सम्मावाचा सम्माकम्मन्तो सम्माआजीवो सम्मावायामो सम्मासति सम्मासमाधि ।"

अर्थात् भिक्षुहरू ! यो हो दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदा (दुःख निरोधतर्फ जाने मार्ग) आर्य सत्य, यही हो आर्य अष्टाङ्ग मार्ग, जहाँ सम्यक दर्शन, सम्यक सङ्कल्प, साम्यक वचन, सम्यक कर्म, सम्यक आजिविका, सम्यक व्यायाम, सम्यक स्मृति र सम्यक समाधि पर्छन् ।

स्मरणरहोस्, दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदा आर्यसत्य वा आर्य अष्टाङ्ग मार्ग साधनाका आठ साधना अङ्गका व्याख्या गरिसकिएकाले यहाँ पुनः व्याख्या गरिएको छैन।

आर्य सत्यका तीन आवृत्ति

भगवान्ले चार आर्य सत्यको व्याख्या समाप्त गर्नुभएको छ। साधकले यी चार आर्य सत्यलाई अझ राम्रोसँग बुझुन् र साधनामा सहजतापूर्वक उतार्न सकुन् भन्ने ध्येयले भगवान्ले पुनः प्रत्येक आर्य सत्यलाई तीन तीन चरण (भाग) मा विभाजित गर्नुभएको छ। चार आर्य सत्यलाई साधनामा उतार्ने साधकले प्रत्येक आर्य सत्यको तीनतीन आवृत्ति (चरण) माथि साधना गर्नुपर्छ। चार आर्य सत्यका बाह्र आवृत्तिलाई पार गर्नुपर्छ।



सर्वप्रथम प्रश्न उठ्छ कि कुन कुन हुन् चार आर्य सत्यका बाह्र आवृति ? जून उत्तर निम्न प्रकार छन्-

दुःख आर्य सत्य

प्रथमआवृति :- दुःख आर्य सत्य वा यो दुःख आर्य सत्य हो।

दोस्रोआवृति :- यो दुःख आर्य सत्य परिज्ञेय छ।

तेस्रोआवृति :- यो दुःख आर्य सत्य परिज्ञान भयो।

दुःख समुदय आर्य सत्य

प्रथमआवृति :- यो दुःख समुदय आर्य सत्य हो।

दोस्रोआवृति :- यो दुःख समुदय आर्य सत्य प्रहाण गर्नुपर्छ।

तेस्रो आवृति :- यो दुःख समुदय आर्य सत्य प्रहाण भयो।

दुखः निरोध आर्य सत्य

प्रथमआवृति :- यो दुःख निरोध आर्य सत्य हो।

दोस्रोआवृति :- यो दुःख निरोध आर्य सत्य साक्षात्कार गर्नु पर्छ।

तेस्रोआवृति :- यो दुःख निरोध आर्य सत्य साक्षात्कार भयो।

दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदा

प्रथमआवृति :- यो दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदा आर्यसत्य हो।

दोस्रोआवृति :- यो दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदा आर्य सत्यलाई भावना गर्नुपर्छ।

तेस्रोआवृति :- यो दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदा आर्य सत्य भावित भयो।

यी चार आर्य सत्यका तीनतीन आवृत्तिमा प्रथम आवृत्तिलाई 'श्रुतज्ञान', दोस्रो आवृत्तिलाई 'चिन्तन ज्ञान', तेस्रो आवृत्तिलाई 'प्रत्यक्ष ज्ञान' पनि भन्न सकिन्छ। प्रथम आवृत्ति (चरण) मा साधकले यी आर्य सत्यका बारेमा श्रुत ज्ञान प्राप्त गर्दछ। यस श्रुत ज्ञानलाई सत्य मानेर स्वीकार गर्दछ। यस श्रुत ज्ञान वा प्रथम आवृत्ति (चरण) मा साधकले यी

आर्य सत्यलाई स्व-अनुभूतिमा उतारेको हुँदैन।

मात्र श्रुत ज्ञानले कुनै साधक आर्य बन्दैन, निर्वाण प्राप्त गर्न सक्दैन। यसैले निर्वाण अभिलाषी साधक साधनाको दोस्रो आवृत्ति 'चिन्तन ज्ञान' मा प्रवेश गर्दछ। साधनाको यस चरणमा साधकले यी आर्य सत्यमाथि पुनः बौद्धिक चिन्तन, मनन् गर्दछ। जुन श्रुतज्ञान उसले प्राप्त गरेको छ त्यस श्रुतज्ञान माथि चिन्तन, मनन गर्दछ। बुद्धिको स्तरमा यी आर्य सत्यलाई अनुभूतिमा उतार्नुपर्ने तथ्य स्वीकार गर्दछ।

बौद्धिक चिन्तन वा चिन्तन ज्ञानकै कारण कोही पनि साधक आर्य बन्न सक्दैन, निर्वाण प्राप्त गर्न सक्दैन। यसैले मोक्ष अभिलाषी साधक साधनाको तेस्रो आवृत्तिमा प्रवेश गर्दछ। साधनाको यस तेस्रो चरणमा साधक, आर्य अष्टाङ्गमार्ग साधनामा प्रवेश गरेर यी चार आर्यसत्यलाई साधनामा उतार्न प्रारम्भ गर्दछ र अन्ततः साधना प्रक्रियाद्वारा सत्य साक्षात्कार वा निर्वाण प्राप्त गर्दछ।

प्रत्येक आर्य सत्यका ती तीन आवृत्तिले कुनै पनि मोक्ष अभिलाषी साधकले साधनामा प्रत्यक्ष प्रवेश गर्नुपूर्व 'श्रुतज्ञान' सर्वप्रथम स्वीकार गर्नुपर्ने, त्यस श्रुतज्ञानमाथि गहन चिन्तन, मनन, गर्नुपर्ने वा 'चिन्तन ज्ञान' प्राप्त गर्नुपर्ने र श्रुतज्ञानमाथि चिन्तन ज्ञान प्राप्त गरेर साधनाको सैद्धान्तिक पक्षप्रति सम्पूर्णरूपमा स्पष्ट भएपछि मात्र साधनामा प्रवेश गर्नुपर्ने आवश्यकतालाई दर्शाउँछ। हाल साधना भन्ने बित्तिकै साधनाको सैद्धान्तिक पक्षप्रति नै स्पष्ट नभई आसन ग्रहण गरिहाल्ने, आँखा चिम्लिहाल्ने, ध्यानमा प्रवेश गरिहाल्ने जुन प्रचलन छ यस्तो साधना प्रक्रिया भगवानका यी शब्दका पृष्ठभूमिमा त्रुटिपूर्ण देखिन्छ।

यस्तो स्थितिमा के प्रश्न उठ्छ भने साधकहरू कतै साधनाको सम्पूर्ण सैद्धान्तिक पक्षप्रति स्पष्ट नभइकनै साधना भन्ने बित्तिकै आखा चिम्लिएर ध्यान प्रारम्भ गर्ने कारणले गर्दा साधनामा असफल त भइरहेका छैनन् ? चार आर्य सत्यका बाह्र आवृत्ति निम्न प्रकार छन्-

दुख आर्य सत्य

प्रथमआवृत्ति- यो दुःख आर्य सत्य हो।



दुःख आर्य सत्यको प्रथम आवृत्ति हो, जीवनमा दुःखको यथार्थ अवस्थालाई स्वीकार गर्नु। जीवनमा दुःख छ भन्ने तथ्यलाई स्वीकार गर्नु। वृद्धावस्थाको दुःख, रोगको दुःख, मृत्युको दुःख, अप्रियसँग संयोगको दुःख, प्रियसँग बिछोडको दुःख आदि स्पष्टरूपमा प्रतीत हुने दुःख भएकाले यसलाई दुःखको रूपमा जुनसुकै मानिसले पनि सहज तरिकाले स्वीकार गर्दछ। तर, दुःखझैं प्रतीत नहुने वा सुखझैं प्रतीत हुने वैभव, समृद्धि, शक्ति, मृत्युपश्चात् स्वर्गलोक, देवलोक आदिका प्राप्ति पनि अनित्य भएकाले दुःख नै हुन् भन्ने यथार्थलाई धेरै सहजरूपमा स्वीकार गर्न सक्दैनन्।

जो मानिस वैभव, समृद्धि, शक्ति आदिलाई सफलता मान्छ उसले यी वस्तु अनित्य भएकाले दुःख हुन् भन्ने यथार्थलाई अस्वीकार गर्दछ। यस्तो स्थितिमा त्यो मानिस साधनामा प्रवेश नै गर्दैनन्। त्यस्तै कुनै सम्प्रदाय, दर्शन, धर्म आदिसँग सम्बन्धित मानिस, जो स्वर्गलोक, देवलोक आदिका प्राप्तिलाई अत्यन्त महत्वपूर्ण प्राप्ति ठानिरहेको छ त्यो मानिस पनि ती लोक पनि अनित्य भएकाले दुःख हुन् भनेर कतै सुन्यो (श्रुतज्ञान) भयो भने पनि यस तथ्यलाई अस्वीकार गर्दछ। यस्तो स्थितिमा त्यो मानिस पनि प्रथम आवृत्तिमै साधनाबाट बाहिरिन्छ तर जुन मानिसले जीवनमा दुःख छ, वैभव समृद्धि, सफलता, स्वर्गलोक आदि पनि अनित्य भएकाले दुःख हो भन्ने श्रुतज्ञानलाई स्वीकार गर्दछ ऊ साधनामा प्रवेश गर्दछ र साधक बन्छ।

दोस्रोआवृत्ति :- यो दुःख आर्य सत्य परिज्ञेय छ।

श्रुतज्ञानलाई सत्य मानेर स्वीकार गर्दैमा वा साधनाको प्रथम आवृत्ति (चरण) मा प्रवेश गर्दैमा कुनै पनि साधकले निर्वाण प्राप्त गर्न सक्दैन। त्यसैले जो साधक श्रुतज्ञानलाई सत्य मान्छ, ऊ साधनाको दोस्रो आवृत्ति (चरण) चिन्तन ज्ञानमा प्रवेश गर्दछ।

दुःख आर्य सत्यको दोस्रो आवृत्ति हो- परिञ्ञेयं। यस आवृत्तिमा साधकले बुद्धिको स्तरमा निर्वाण प्राप्तिका लागि स्वअनुभूतिद्वारा दुःखक्षेत्रको सम्पूर्ण परिधिको परिपूर्ण ज्ञान प्राप्त गर्नुपर्छ, भन्ने तथ्यलाई स्वीकार गर्दछ। यो आवृत्तिमा ऊ दुःखको क्षेत्र कहाँसम्म छ ? दुःखको

अनुभूति कहाँसम्म फैलिएको छ ? आदि प्रश्नहरू गर्दछ। यस चरणमा साधक जुन श्रुतज्ञान प्राप्त भएको छ त्यस श्रुत ज्ञानमाथि गहन चिन्तन, मनन गर्दछ। दुःखको क्षेत्रका बारेमा अनेक जानकारी सङ्ग्रह गर्दछ, साधनाको सैद्धान्तिक पक्षलाई बलियो बनाउँछ। फेरि चिन्तन, मनन वा ज्ञानलाई बुद्धिको स्तरमा बुझेर पनि साधकले दुःखको परिधिलाई बुझ्न सक्दैन र निर्वाण प्राप्त गर्न सक्दैन। यसैले साधनाको तेस्रोचरणमा साधक अनुभूति ज्ञान (वा प्रत्यक्ष आर्य अष्टाङ्गमार्ग साधना) मा प्रवेश गर्दछ र दुःख आर्य सत्य हो भन्ने प्रामाणिक ज्ञान प्राप्त गर्दछ।

तेस्रोआवृत्ति :- यो दुःख आर्य सत्य परिज्ञान भयो।

दुःख आर्य सत्यको तेस्रो आवृत्ति हो- अनुभूतिको स्तरमै दुःखको परिधिको परिपूर्ण ज्ञान। यस आवृत्तिमा साधक आर्य अष्टाङ्गमार्ग साधनामा प्रवेश गर्दछ। नाम (चित्त) र रूप (देह) को क्षेत्रमा सम्पूर्ण उदय र व्यय भइरहेका संवेदनाका गुण, स्वभाव र धर्मको यथाभूत अनुसन्धान गर्दछ र दीर्घसाधनाद्वारा नाम र रूपको सम्पूर्ण क्षेत्र वा दुःखको क्षेत्रलाई अतिक्रमण गरेर रूपातीत, नामातीत, इन्द्रियतीत, अमृतमय निर्वाणको स्थितिलाई स्वयं साक्षत्कार गर्दछ, प्रामाणिक निर्वाण अनुभूति प्राप्त गर्दछ। जबसम्म इन्द्रियातीत 'निर्वाण सुख' को अनुभूति प्राप्त हुँदैन तबसम्म साधकले दुःखको परिधिलाई पार गरेको मानिँदैन वा साधकले दुःखको परिधिको परिपूर्ण ज्ञान प्राप्त गरेको मानिँदैन।

दुःख आर्य सत्य परिज्ञानको परिणाम

भगवान्ले दुःख आर्य सत्यका उल्लिखित तिन आवृत्तिलाई साधनामा उतारेर नै निर्वाण प्राप्त गर्नुभएको थियो। भगवान्मा यही साधना प्रक्रियद्वारा धर्मचक्षु उत्पन्न भएको थियो, ज्ञान उत्पन्न भएको थियो, प्रज्ञा उत्पन्न भएको थियो, विद्या उत्पन्न भएको थियो, आलोक उत्पन्न भएको थियो।

गृह त्यागपश्चात् जब भगवान् सत्य मोक्ष साधनाविधि खोजका लागि अनेक गुरु, आश्रम, सम्प्रदायहरूमा भ्रमण गरिरहनुभयो। भगवान्ले धर्म, ईश्वर, गुरु, दर्शन, मत आदि सम्बन्धित अनेक श्रद्धा,





विश्वास, भक्तिका धारणाहरू, साधनाविधिहरूका बारेमा सुन्नुभयो। निर्वाण प्राप्तिका अनेक बाह्य कर्मकाण्डीय क्रिया पनि देख्नुभयो। निर्वाण प्राप्ति साधनाका नाममा अनेक बाह्य आभूषणहरू (माला, टीका, वस्त्र आदि) ग्रहण गरेको देख्नुभयो। गुरुकृपा, ईश्वरकृपा, तारक ब्रह्मा आदिका बारेमा सुन्नुभयो तर दुःख (काय र चित्तका क्षेत्रमा उत्पन्न हुने संवेदना) प्रति मनलाई समभावी बनाउन सकेको खण्डमा धम्मका नियमहरूका कारण निर्वाण प्राप्त हुन सक्छ भन्ने कुरा कहिल्यै सुन्नुभएन। भगवान्ले झण्डै छ वर्षसम्मको निर्वाण खोजको यात्रामा कहिल्यै नसुनेको, कुनै गुरु वा सम्प्रदायमा चर्चा नगरिएका नितान्त नवीन स्वअनुभूतिद्वारा जुन साधनाविधि पत्ता लगाउनुभएको थियो त्यसलाई व्याख्या गर्दै भन्नुहुन्छ-

"इदं दुक्खं अरियसच्च'न्ति मे, भिक्खवे, पुब्बे अननुस्सुतेसु धम्मेसु चक्खुं उदपादि, ञाणं उदपादि, पञ्ञा उदपादि, विज्जा उदपादि, आलोको उदपादि। 'तं खो पनिदं दुक्खं अरियसच्चं परिञ्ञेय्य'न्ति मे, भिक्खवे, पुब्बे अननुस्सुतेसु धम्मेसु चक्खुं उदपादि, ञाणं उदपादि, पञ्ञा उदपादि, विज्जा उदपादि, आलोको उदपादि। 'तं खो पनिदं दुक्खं अरियसच्चं परिञ्ञात'न्ति मे, भिक्खवे, पुब्बे अननुस्सुतेसु धम्मेसु चक्खुं उदपादि, ञाणं उदपादि, पञ्ञा उदपादि, विज्जा उदपादि, आलोको उदपादि।"

अर्थात् भिक्षुहरू! दुःख आर्य सत्य यही हो। भिक्षुहरू! यो पहिले कहिल्यै नसुनिएको धर्ममा चक्षु उत्पन्न भयो, ज्ञान उत्पन्न भयो, प्रज्ञा उत्पन्न भयो, विद्या उत्पन्न भयो, आलोक उत्पन्न भयो।

यो दुःख आर्य सत्य (पूर्ण ज्ञान जान्न योग्य) छ। यो पहिले कहिल्यै नसुनिएको धर्ममा चक्षु उत्पन्न भयो, ज्ञान उत्पन्न भयो, प्रज्ञा उत्पन्न भयो, विद्या उत्पन्न भयो, आलोक उत्पन्न भयो।

यो दुःख आर्य सत्य (परिपूर्ण ज्ञान) भयो। भिक्षुहरू! यो पहिले कहिल्यै नसुनिएको धर्ममा चक्षु उत्पन्न भयो, ज्ञान उत्पन्न भयो, प्रज्ञा उत्पन्न भयो, विद्या उत्पन्न भयो, आलोक उत्पन्न भयो।

के हो कहिल्यै नसुनेको धर्म ?

भगवान् बुद्धको समयमा निर्वाण प्राप्तिसँग जोडिएका अनेक धर्म, गुरु, दर्शन, मत आदि प्रचलनमा थिए, जस्तो हाल प्रचलनमा छन् । भगवान् स्वयंले कैयौँ महिनासम्म यिनै निर्वाण साधनाविधिका गहन अध्ययन, अनुसन्धान र प्रयोग गर्नुभएको थियो । यी सम्पूर्ण सम्प्रदायका एउटै लक्ष्य थियो- मोक्ष । सर्वत्र मोक्षकै चर्चा थियो । प्रत्येक सम्प्रदायका गुरुहरू मोक्षकै चर्चा गर्नुहुन्थ्यो । मोक्ष प्राप्य छ, मोक्ष प्राप्त गर्नुपर्छ भन्नुहुन्थ्यो तर मोक्ष के हो ? मोक्ष प्राप्त गर्ने स्पष्ट साधनाविधि के हो ? त्यस विधिले कसरी मोक्ष प्रदान गर्दछ ? त्यसले मोक्ष प्रदान गर्ने आधार के हो ? मोक्ष साधनाका चरणहरू के के हुन् ? ती प्रत्येक चरणका अनुभुतिहरू के के हुन् ? मोक्ष साधनाको प्रगतिको मापदण्ड के हो ? मोक्ष प्राप्तिपश्चात्का अनुभूतिहरू केके हुन् ? भन्नेजस्ता मोक्षसँग सम्बन्धित महत्वपूर्ण प्रश्नका चित्त बुझ्दो उत्तर भने कसैसँग पनि थिएन । प्रत्येक सम्प्रदाय र सम्प्रदायवादीका निर्वाण सम्बन्धी अभिमत पृथक पृथक थिए ।

यी सम्प्रदायमा मोक्ष प्राप्तिका लागि, गुरुकृपा, परमात्माकृपा, तारक ब्रह्मा आदिका आवश्यकता पर्ने धारणा पनि उत्तिकै व्याप्त थियो । प्रत्येक सम्प्रदायका गुरुहरू आफ्नै सम्प्रदायसँग सम्बन्धित धर्म दर्शन, मान्यता, मत, विश्वास आदिलाई स्वीकार गरेमा मात्र मोक्ष प्राप्त गर्न सकिन्छ भन्ने धारणा बाँडिरहनु भएको थियो ।

भगवान्ले जब यो आर्य अष्टाङ्गमार्ग साधनाद्वारा निर्वाण प्राप्त गर्नुभयो, जब चार आर्य सत्यलाई साधनामा उतार्नुभयो, जब एक आर्य सत्यलाई साधनामा उतार्दा चारै आर्य सत्य अनि बाह्र आवृत्ति स्पष्ट भएका थिए भगवान् यी आफ्ना निर्वाण अनुभूतिलाई यसरी व्याख्या गर्नुहुन्छ-

पूब्बे अननुस्सुतेसु अर्थात् पहिले कहिल्यै नसुनिएको ।

भगवान्ले मोक्षका नाममा अनेक दर्शन, धारणा, मत, साधनाविधि आदिका बारेमा सुन्नुभएको थियो । यस्ता अनेक मतहरूमा समाहित





भई मोक्ष प्राप्त गर्न प्रयासरत साधकलाई पनि देख्नुभएको थियो। आफैँले पनि यी अनेक साधनाका असफल प्रयोग पनि गर्नुभएको थियो तर संसारमा दुःख छ, दुःखको कारण छ, दुःख निवारणको मार्ग (साधनाविधि) छ, दुःख निरोधको अवस्था छ भन्ने जस्ता सरल, स्पष्ट, शुद्ध धर्मको व्याख्या भने कहिल्यै सुन्नुभएको थिएन। अनेक आंशिक, अपूर्ण, कर्मकाण्डी मोक्ष साधनाविधिका बारेमा सुन्नुभएको थियो तर आफैँले आन्तरिक आध्यात्मिक रूपान्तरण बोध गर्न सक्ने प्रामाणिक पूर्ण साधनाविधिबारे भने कहिल्यै कतैबाट सुन्नुभएको थिएन, धम्मका नियमहरूलाई नै निर्वाणको पक्षमा क्रियाशील गराई निर्वाण प्राप्त गर्ने साधनाविधि (उपाय) का बारेमा पहिले कहिल्यै कतै सुन्नुभएको थिएन। आफूले भेटेका कुनै पनि गुरुबाट यस्तो कुरा सुन्न पाउनुभएको थिएन।

जब भगवान्ले आर्य अष्टाङ्ग मार्गद्वारा निर्वाण प्राप्त गर्नुभयो तब यस्तो कहिल्यै कसैबाट नसुनिएको साधनाविधिबाट भगवान्लाई अनेक परिणाम प्राप्त भए। केके परिणाम प्राप्त भए ? उत्तर हो भगवान्लाई चक्षु उत्पन्न भयो, ज्ञान उत्पन्न भयो, प्रज्ञा उत्पन्न भयो, विद्या उत्पन्न भयो, आलोक उत्पन्न भयो।

प्रश्न उठ्छ कि कस्तो चक्षु उत्पन्न भयो ? धर्मचक्षु उत्पन्न भयो। धर्म (आध्यात्मिक रूपान्तरण) को चक्षु (स्पष्ट बोध) प्राप्त भयो। साधनाका कारण मनको आन्तरिक प्रदेशमा जुन जुन आध्यात्मिक रूपान्तरणहरू भए, ती परिवर्तन स्पष्ट र प्रमाणिकरूपमै आन्तरिक चक्षुमा अनुभूति भयो। आन्तरिक आध्यात्मिक रूपान्तरणका अनेक चरण, अनित्यबोध, अनात्मबोध, दुःखको दर्शन, निर्वाण स्थितिको इन्द्रियातीत अनुभूति आदि अब कुनै कल्पना, भ्रम, मिथ्या वा श्रुतज्ञान थिएनन्। यी प्रामाणिक अवस्था हुन् भन्ने प्रामाणिक ज्ञान प्राप्त भयो।

ज्ञान उत्पन्न भयो, कस्तो ज्ञान उत्पन्न भयो ?

साधनाको प्रमाणिक अनुभूति नै ज्ञान हो। धर्मचक्षुमा जुन अनुभूतिलाई सत्यको रूपमा उतारिन्छ त्यही नै ज्ञान हो। जब साधकले आर्य अष्टाङ्गमार्गमा प्रवेश गर्दछ, जब उसले देह र चित्त क्षेत्रका अनुसन्धान प्रारम्भ गर्दछ, जब उसले यी क्षेत्रलाई टुक्तयाउँदै लगेर देह र चित्तको

गुण, धर्म र स्वभावको यथार्थस्वरूप (परमाणुको तह) सम्म पुगेर देह र चित्तको यथार्थ स्वरूप मात्र तरङ्ग नै तरङ्ग हो भन्ने सत्यलाई साक्षात्कार गर्दछ। अनि यस क्षेत्रलाई पनि पार गरेर जब साधक निर्वाण क्षेत्रसम्म पुग्छ तब यस साधना प्रक्रियामा प्रामाणिकरूपमै बोध हुने स्थिति जस्तै अष्टकलाप, प्रिति प्रमोद, प्रश्रब्धि, अनित्यबोध, अनात्मबोध, दुःख दर्शन, आदि श्रुतज्ञान नभई यथार्थ ज्ञान बन्छ र यो सम्यक ज्ञान बन्न पुग्छ। भगवान्‌लाई आर्य अष्टाङ्ग साधनाबाट अन्ततः निर्वाणरूप अन्तिम ज्ञान प्राप्त भयो अर्थात् यस्तै सम्पूर्ण ज्ञान उत्पन्न भयो।

प्रज्ञा उत्पन्न भयो, कस्तो प्रज्ञा उत्पन्न भयो ?

प्रामाणिक ज्ञान नै प्रज्ञा हो। जब साधक आर्य अष्टाङ्गमार्ग साधनामा प्रवेश गर्दछ, जब साधकले शील, समाधि र प्रज्ञालाई साधनामा उतार्न थाल्छ, जब उसले संवेदनामाथि नै समभावपूर्ण साधना गर्दछ तब साधक विपश्यना साधनाका विभिन्न बाह्र चरणबाट प्रामाणिकरूपमा गुज्रिएर निर्वाण प्राप्त गर्दछ। आफ्नै अनुभूतिमा उतारिएको यस्तो प्रामाणिक ज्ञानलाई नै प्रज्ञा भनिन्छ। महासतिपट्ठान सुत्तमा भगवान्‌ले व्याख्या गर्नुभएअनुसार साधकले तलका बाह्र चरणका प्रामाणिक ज्ञान (प्रज्ञा) गर्दछ।

प्रथमचरण :- बहिद्धा वा काये कायानुपस्सी विहरती
अर्थात् कायको बाहिर क्षेत्रको कायानुपश्यना अथवा कायको बाहिरी क्षेत्रमा संवेदनाहरूका अनुभूति प्राप्त हुनु।

दोस्रोचरण :- अज्झतं वा काये कायानुपस्सी विहरति
अर्थात् कायको भित्री क्षेत्रको कायानुपश्यना अथवा कायको भित्री क्षेत्रमा संवेदनाहरूका अनुभूति प्राप्त हुनु।

तेस्रोचरण :- अज्झत्तवहिद्धा वा काये कायानुपस्सी विहरति
अर्थात् कायको भित्री-बाहिरी क्षेत्रमा कायानुपश्यना अथवा कायको भित्रीबाहिरी क्षेत्रमा संवेदनाहरूका अनुभूति प्राप्त हुनु।

चौथोचरण :- समुदय धम्मानुपस्सी वा कायस्मिं विहरति
अर्थात् समुदय धर्मको अनुपश्यना अथवा संवेदनाहरू समुदय (उत्पत्ति) को अनुभूति प्राप्त हुनु।





पाँचौचरण :- वय धम्मानुपस्सी वा कायस्मिं विहरति
अर्थात् व्ययधर्मको अनुपश्यना अथवा संवेदनाहरू व्ययको अनुभूति प्राप्त हुनु ।
छैठौंचरण :- समुदयवय धम्मानुपस्सी वा कायस्मिं विहरति
अर्थात् समुदय व्ययधर्मको अनुपश्यना अथवा संवेदनाहरू समुदय र व्यय भएको अनुभूति प्राप्त हुनु ।
सातौंचरण :- सब्बकायपटि संवेदी
अर्थात् साधकको सम्पूर्ण शरीरमा उत्पन्न भएका संवेदनाहरूको अनुभव हुनु ।
आठौंचरण :- पस्सम्भयं कायरसङ्खार
अर्थात् कायको चञ्चल स्वभाव नाश भई प्रश्रब्धि वा शान्तपन अनुभव हुनु ।
नवौंचरण :- अत्थि कायो ति वा पनस्स सति पच्चुपट्ठिता होति
अर्थात् यो काय हो भन्नेमा स्मृति प्रतिष्ठापित हुनु ।
दसौंचरण :- काय परमाणुको पुञ्ज मात्र हो वा काय अनित्य हो भन्ने भाव पुष्ट हुनु ।
एघारौंचरण :- अनात्म बोध वा साधकको अहं रूपी 'म' र 'मेरो' भाव नाश हुनु ।
बाह्रौंचरण :- निर्वाण वा साधकलाई इन्द्रियातीत क्षेत्रको प्रामाणिक अनुभूति प्राप्त हुनु, 'म' अनुपस्थित मात्र दर्शन (द्रष्टा होइन) शेष रहनु ।

जतिबेला भगवान्ले गुरु आलार कालाम र उद्धक रामपुत्तबाट उच्च ध्यानविद्या प्राप्त गर्नुभएको थियो त्यहाँ चित्तको गहन एकाग्रता वा समाधि पनि स्थिति उपस्थित थियो तर देह र चित्तको क्षेत्रमा उत्पन्न हुने संवेदनाका गुण, धर्म र स्वभावप्रतिको सम्प्रज्ञानयुक्त जागरुकता उनुपस्थित थियो । यसैले ती ध्यानविधि साधकमा आन्तरिक रूपान्तरणको प्रामाणिक अनुभूति अनुपस्थित थिए, निर्वाणको विभिन्न चरणका प्रज्ञा उत्पन्न गर्न असमर्थ थिए तर जब भगवान्ले यस नयाँ (आर्य अष्टाङ्गमार्ग) साधनाविधिमा संवेदनाहरूमाथि समभावी अवलोकन प्रारम्भ गर्नुभयो तब धम्मका नियमहरूले समभावलाई विस्तारित गरिदिँदा संवेदनाका सतत

उदय र व्ययधारा उत्पति भयो र यस साधनाले चित्तविकारलाई नष्ट गरी आध्यात्मिक रूपान्तरणको प्रामाणिक ज्ञान प्रदान गऱ्यो, भगवान्मा प्रज्ञा स्पष्टरूपमा उत्पन्न भयो ।

विद्या उत्पन्न भयो, कस्तो विद्या उत्पत्ति भयो ?

मोक्षको नाममा अज्ञान, मोह, भ्रम, कर्मकाण्ड, मिथ्या मान्यता आदि जेजति अविद्या थिए ती सबै आर्य अष्टाङ्ग साधनाबाट उत्पन्न प्रज्ञापश्चात् समाप्त भएर गए र विद्या उत्पत्ति भयो ।

आलोक उत्पन्न भयो, कस्तो आलोक उत्पन्न भयो ?

धर्म र मोक्षको नाममा जुन अन्धकार थियो, मोक्षको संसारमा जसरी दृष्टिविहीनले दृष्टिविहीनलाई डोऱ्याइरहेको स्थिति थियो, अन्धकार वा आलोक अनुपस्थित भएका कारण मार्ग पहिल्याउन नसक्दा भगवान् आफैँ झण्डै ६ वर्षको अन्धकारमा रुमल्लिनुभएको थियो, कैयौँ साधक अन्धकारमा रुमल्लिएर दुई अतिमा पुगेका थिए । जब भगवान्लाई यो अष्टाङ्ग मार्गद्वारा मोक्ष प्राप्त भयो, आलोक उत्पन्न भयो, साधना मार्गमा प्रकाशको आलोकको उदय भयो तब मोक्ष साधनाका त्यस्ता अनेक भ्रम, अँध्यारो, मार्गविहीनता आदि सबै समाप्त भएर गए । सत्य मोक्ष साधनामार्ग प्रकाशवान् भयो, मोक्ष साधनामार्गको द्विविधा समाप्त भयो ।

दुःख समुदय आर्य सत्य

"इदं दुक्खसमुदयं अरियसच्च'न्ति मे, भिक्खवे, पुब्बे अननुस्सुतेसु धम्मेसु चक्खुं उदपादि, ञाणं उदपादि, पञ्ञा उदपादि, विज्जा उदपादि, आलोको उदपादि । 'तं खो पनिदं दुक्खसमुदयं अरियसच्चं पहातब्ब'न्ति मे, भिक्खवे, पुब्बे अननुस्सुतेसु धम्मेसु चक्खुं उदपादि, ञाणं उदपादि, पञ्ञा उदपादि, विज्जा उदपादि, आलोको उदपादि ।"

"तं खो पनिदं दुक्खसमुदयं अरियसच्चं पहीन'न्ति मे, भिक्खवे, पुब्बे अननुस्सुतेसु धम्मेसु चक्खुं उदपादि, ञाणं उदपादि, पञ्ञा उदपादि, विज्जा उदपादि, आलोको उदपादि ।"

अर्थात् भिक्षुहरू ! यो जुन कहिल्यै नसुनिएको धर्ममा चक्षु उत्पन्न भयो, ज्ञान उत्पन्न भयो, प्रज्ञा उत्पन्न भयो, विद्या उत्पन्न भयो, आलोक उत्पन्न भयो त्यही नै आर्य सत्य हो ।





भिक्षुहरू! यो पहिले कहिल्यै नसुनिएको धर्ममा चक्षु उत्पन्न भयो, ज्ञान उत्पन्न भयो, प्रज्ञा उत्पन्न भयो, विद्या उत्पन्न भयो, आलोक उत्पन्न भयो। यही नै दुःख समुदय आर्य सत्य हो, जसलाई पूर्णतया प्रहाण गर्नुपर्छ।

भिक्षुहरू! यो पहिले कहिल्यै नसुनिएको धर्ममा चक्षु उत्पन्न भयो, ज्ञान उत्पन्न भयो, प्रज्ञा उत्पन्न भयो, विद्या उत्पन्न भयो, आलोक उत्पन्न भयो यही नै दुःख समुदय आर्य सत्य हो, जसको प्रहाण भयो।

तृष्णाको स्पष्ट अर्थ हो विषय र इन्द्रियका मिलनबाट उत्पन्न हुने सुखद वा दुःखद संवेदनाप्रति मनको भोगइच्छा। स्मरणरहोस् यो विषयतृष्णा नभई विषयबाट उत्पन्न हुने संवेदनाप्रतिको तृष्णा हो। संवेदनाका कारणले मात्र विषयप्रिय वा अप्रिय भएको हो। यदि संवेदना सुखद छ भन्ने बढीभन्दा बढी परिणाममा विषय प्राप्त गर्ने मनको इच्छा र संवेदना दुःखद छ भने त्यो दुःखद संवेदना प्राप्त नहोस् भन्ने मनको इच्छा नै तृष्णा हो। यही तृष्णा नै दुःख उत्पतिको मूल कारण हो। मनको संवेदनालाई भोग गर्ने स्वभाव नै संस्कार निर्माणको केन्द्रविन्दु भएकाले दुख समुदय आर्य सत्य साधना यही तृष्णा (संवेदनाप्रतिको तृष्णा) माथि साधना गरिन्छ। जब कोही साधकले दुःख समुदय आर्य सत्यलाई साक्षात्कार गर्ने प्रयास गर्दछ तब उसले पनि दुःख समुदय आर्य सत्यका तीन आवृत्तिलाई पार गर्दछ, साधनामा उतार्छ।

दुःख समुदय आर्य सत्य

प्रथमआवृत्ति :- यो दुःख समुदय आर्य सत्य हो।

दुःखको समुदय आर्य सत्यको प्रथम आवृत्ति यही हो कि मानव जीवनमा दुःख उत्पत्तिको मूल कारण विषय (विषयबाट उत्पन्न हुने संवेदना) प्रतिको तृष्णा हो भन्ने सत्यलाई स्विकार्नु। यस प्रथम आवृत्ति (चरण) मा साधकले संवेदना (चाहे सुखद होस् चाहे दुखद होस्) प्रतिको मनको भोगइच्छा नै दुःखको मूल कारण हो भन्ने श्रुतज्ञानलाई सत्य मानेर स्वीकार्छ। मनले संवेदनालाई भोग गर्ने स्वभाव (तृष्णा) कै कारण दुःख उत्पत्ति हुन्छ भन्ने तथ्यलाई स्वीकार गर्दछ। यस सन्दर्भमा महत्वपूर्ण पक्ष के छ भने प्रतिकुल विषयबाट मनमा उत्पन्न हुने दुःखद संवेदनाप्रतिको

तृष्णा दुःख हो भन्ने यथार्थतालाई साधकले सहजै बुझ्छ।

तर जुन मानिस जीवन भन्नु भोग गर्नु हो, आनन्द प्राप्त गर्नु हो, भोग गरेर मर्नु हो भन्ने जस्ता धारणा राख्छ, जुन मानिस कामवासना र अन्य भोगबाट प्राप्त हुने सुखद संवेदना पनि अन्ततः विकार उत्पत्तिको कारण भएकाले, मानिसको शारीरिक, मानसिक, बौद्धिक आदि पक्षका विनाशको कारण भएकाले यी सबै क्षणिक सुख पनि दुःखका कारण हुन् भन्ने सत्यलाई बुझ्न सक्दैन, स्वीकार गर्न सक्दैन। यस्ता मानिस साधनाको प्रथम आवृत्ति (चरण) मै प्रवेश गर्दैन। अर्थात् ऊ साधनाका प्रथम चरणमै बाहिरिन्छ।

त्यस्तै जो व्यक्ति आत्मा छ भन्ने मान्दछ, आत्मा अमर छ भन्ने मान्दछ, देह र चित्तका पाँच स्कन्धमध्ये कुनै एक स्कन्धलाई 'आत्मा' मानेकोले मृत्युपश्चात् पनि आत्मा अमर रहन्छ भन्ने ठानी स्वर्गलोक वा अन्य उच्च लोकमा जन्म प्राप्त गर्ने आशा राख्दछ त्यस्ता मानिसले भवतृष्णा वा पुनर्जन्मको तृष्णालाई दुःखको कारण हो भन्ने सत्यलाई स्वीकार गर्न सक्दैन। यस्ता मानिस पनि साधनाको प्रथम आवृत्तिमै प्रवेश गर्दैनन्। त्यसैगरी जसले मलाई 'मुक्ति' चाहियो, म 'पुनर्जन्म' चाहन्न भन्ने विभवतृष्णा राख्छ उसले विभवतृष्णामा 'म' को नाश नहुने भएकोले यो पनि दुःखको कारण हो भन्ने सत्यलाई स्वीकार गर्न असमर्थ रहन्छ र यस्तो मानिस पनि साधनाको प्रथम आवृत्तिमै प्रवेश गर्दैन तर जो साधक कामतृष्णा, भवतृष्णा, विभवतृष्णा वा सम्पूर्ण प्रकारका तृष्णा दुःखका कारण हुन् भन्ने श्रुतज्ञानलाई स्वीकार गर्दछ ऊ भने साधनाको दोस्रो आवृत्तिमा प्रवेश गर्दछ।

दोस्रो आवृत्ति :- यो दुःख समुदय आर्य सत्य प्रहाण गर्नुपर्छ।

दुःख समुदयको दोस्रो आवृत्ति हो कामतृष्णा, भवतृष्णा, विभवतृष्णालाई प्रहार वा नष्ट गर्नु पर्छ भन्ने तथ्यलाई बुद्धिको स्तरमा स्वीकार गर्नु। साधनाको यस आवृत्ति वा चिन्तन ज्ञानमा साधकले दुःख समुदय आर्य सत्यको जुन श्रुत ज्ञान प्राप्त भएको थियो त्यस श्रुत ज्ञानमाथि गहन बौद्धिक चिन्तन गर्दछ। यदि कुनै साधकले गुरुकृपा, ईश्वर कृपा, तारक ब्रह्मा वा अन्य विधिबाटै यी तृष्णा नष्ट हुन्छन्, यिनलाई नाश





गर्न साधनामा प्रवेश गर्न आवश्यक छैन भन्ने मान्यता राख्छ भने ऊ दोस्रो आवृत्तिमा प्रवेश गर्दैन तर जुन साधकले कामतृष्णा, भवतृष्णा, विभवतृष्णा वा सम्पूर्ण तृष्णालाई साधनाद्वारा नष्ट गर्नुपर्छ भनेर स्वीकार गर्दछ ऊ भने साधनाको दोस्रो आवृत्तिमा प्रवेश गर्दछ।

तेस्रो आवृत्ति :- यो दुःख समुदय आर्य सत्य प्रहाण भयो।

दुःख समुदयको तेस्रो आवृत्ति हो- संवेदनाप्रतिको तृष्णा प्रहाण भयो, नष्ट भयो भन्ने स्पष्ट अनुभूति। बुद्धिको स्तरमा तृष्णालाई नष्ट गर्नुपर्छ भन्ने स्वीकार गर्दैमा वा बौद्धिक चिन्तन मनन गर्दैमा अवचेतन, अर्धचेतन, चेतन मनमा छिपेका संवेदनाप्रतिका मनका तृष्णा समाप्त हुँदैन। यी तृष्णालाई उच्छेद गर्नका लागि मनको पुरानो स्वभावलाई पूर्णरूपमा नष्ट गर्नुपर्छ। यसैले दुःख समुदयको तेस्रो आवृत्तिमा साधक अष्टाङ्गमार्ग साधनामा प्रवेश गर्दछ। उसले मनमा उत्पन्न हुने संवेदनाप्रति द्रष्टा भावरूपी साधना प्रारम्भ गर्दछ। स्मरणरहोस् दुःखद संवेदनाप्रति समभावमा स्थित रहन केही हदसम्म सहज छ तर जब साधना गहिरिँदै जान्छ, जब काय र चित्तको स्थूलपन नष्ट हुँदै जान्छ, जब मनमा संवेदनाका सुखद आनन्दपूर्ण धारा प्रवाहित हुन थाल्छ, जब साधनामा भङ्ग, प्रश्रब्धि, प्रिति, प्रमोद जस्ता आनन्दपूर्ण, सुखपूर्ण स्थिति उत्पन्न हुन थाल्छ, त्यस्तो स्थितिमा साधक समभावबाट च्युत हुन सक्छन् तर ती सुखद संवेदनालाई भोग गर्ने प्रवल सम्भावना रहन्छ।

यी स्थितिप्रति पनि सचेत साधक जब दीर्घसाधनाद्वारा सुखद तृष्णाहरूका यस भयानक महासागरलाई पार गर्दछ त्यो स्थितिमा ऊ निर्वाणको क्षेत्रमा पुग्छ, इन्द्रियातीत क्षेत्रमा पुग्छ। यतिबेला ऊ त्यस्तो क्षेत्रमा पुग्छ, जहाँ मनको तृष्णा (संवेदना भोग इच्छा) पूर्णरूपमा अनुपस्थित रहन्छ। यस्तो स्थितिमा मनले संवेदनालाई भोग गर्दैन। यही निर्वाण अनुभूतिको आधारमा ऊ भन्छ कि तृष्णा प्रहाण भयो।

दुःख निरोध आर्यसत्य

"इदं दुक्खनिरोधं अरियसच्च'न्ति मे, भिक्खवे, पुब्बे अननुस्सुतेसु धम्मेसु चक्खुं उदपादि, ञाणं उदपादि, पञ्ञा उदपादि, विज्जा उदपादि, आलोको उदपादि। 'तं खो पनिदं दुक्खनिरोधं अरियसच्चं

सच्छिकातब्ब'न्ति मे, भिक्खवे, पुब्बे अननुस्सुतेसु धम्मेसु चक्खुं उदपादि, ञाणं उदपादि, पञ्ञा उदपादि, विज्जा उदपादि, आलोको उदपादि। 'तं खो पनिदं दुक्खनिरोधं अरियसच्चं सच्छिकत'न्ति मे, भिक्खवे, पुब्बे अननुस्सुतेसु धम्मेसु चक्खुं उदपादि, ञाणं उदपादि, पञ्ञा उदपादि, विज्जा उदपादि, आलोको उदपादि।''

अर्थात् भिक्षुहरू! यो जुन पहिले कहिल्यै नसुनिएको धर्ममा चक्षु उत्पन्न भयो, ज्ञान उत्पन्न भयो, प्रज्ञा उत्पन्न भयो, विद्या उत्पन्न भयो, आलोक उत्पन्न भयो। यही नै दुःख निरोध आर्य सत्य हो। यस आर्य सत्यलाई साक्षात्कार गर्नुपर्छ। भिक्षुहरू! यो पहिले कहिल्यै नसुनिएको धर्ममा चक्षु उत्पन्न भयो, ज्ञान उत्पन्न भयो, प्रज्ञा उत्पन्न भयो, विद्या उत्पन्न भयो, आलोक उत्पन्न भयो। यो दुःख निरोध आर्य सत्य साक्षात्कार भयो।

दुःख निरोध (निर्वाण) आर्यसत्य त्यो अवस्था हो, जुन अवस्थामा साधकमा दुःख पूर्णरूपमा अनुपस्थित रहन्छ। यस्तो स्थितिमा चित्त पूर्णरूपमा शुद्ध हुने भएकाले मनमा संवेदनाप्रति तृष्णा उत्पन्नै हुँदैन। यदि कतै इन्द्रिय र विषयको मिलनको कारण संवेदना उत्पन्न भयो भने पनि निरोध वा निर्वाणको स्थिति प्राप्त गरेकाले त्यस्ता पुरुषका समभावी मनले यी संवेदनामाथि रागपूर्ण वा द्वेषपूर्ण प्रतिक्रिया गर्दैन।

दुःख निरोध आर्यसत्य

प्रथमआवृति :- यो दुःख निरोध आर्य सत्य हो।

दुःख निरोध आर्य सत्यको प्रथम आवृत्ति हो दुःख निरोध वा निर्वाणको स्थिति छ भन्ने श्रुतज्ञानलाई सत्य मानेर स्वीकार गर्नु। आफ्नै जीवनको सम्पूर्ण दुःख निरोध हुन सक्छ भन्ने तथ्यलाई स्वीकार्नु। दुःख निरोध आर्य सत्यको प्रथम आवृत्ति (श्रुतज्ञानमा) साधकले मानव जीवनमा दुःख सत्य भए जस्तै निर्वाणको स्थिति पनि सत्य हो भनेर स्वीकार गर्दछ। आफ्नै जीवनमा पनि बुद्ध, कृष्ण जस्तै दुःख नभएको समभावी निर्वाणको स्थिति प्राप्त गर्न सम्भव छ भनी स्वीकार गर्दछ। निर्वाण (मोक्ष, मुक्ति) कुनै मिथ्या वा भ्रमपूर्ण कल्पना होइन अपितु शुद्ध चित्तरूप जीवन स्थिति



हो भनी स्वीकार गर्दछ। जब साधनाद्वारा तृष्णा (मनको संवेदना भोग्ने स्वभाव) नाश हुन्छ तब अवश्य दुख निरोधको अवस्था प्राप्त हुन्छ भन्ने तथ्यलाई स्वीकार गर्दछ तर केही मानिस यस्ता छन्, जो मनको विषय संवेदनाप्रतिको तृष्णालाई दुःखको कारणको रूपमा स्वीकारै गर्दैनन् । जो मनको तृष्णालाई पूर्णरूपमा नाश गर्न सकिन्छ भन्ने तथ्यलाई नै स्वीकार गर्दैन र आफ्नै दार्शनिक मान्यताका आधारमा गुरु कृपा, ईश्वर कृपा आदिका कारण निर्वाण प्राप्त हुन्छ भन्ने धारणा राख्छन् ।

फेरि अन्य मानिस छन्, जसको चेतना यति न्यून छ कि आध्यात्मिक विकास प्रक्रियाद्वारा निर्वाणरूपी अमृत पद प्राप्त गर्न सकिन्छ भन्ने सत्यमाथि विश्वासै गर्दैनन् र निर्वाणको जीवन स्थितिलाई भ्रम मिथ्या कल्पना मात्र ठान्छन् । यस्ता मानिस दुःख निरोधको प्रथम आवृत्तिमै प्रवेश गर्दैनन् वा साधनामै प्रवेश गर्दैनन् तर जो साधक निर्वाण वा मोक्षको अवस्था पनि छ र मनको तृष्णालाई साधनाद्वारा परिवर्तन गरेर त्यस्तो स्थिति प्राप्त गर्न सकिन्छ भन्ने श्रुतज्ञानलाई स्वीकार गर्दछ ऊ भने दुःख निरोध आर्य सत्य साधनाको प्रथम आवृत्तिमा प्रवेश गर्दछ ।

दोस्रो आवृत्ति :- यो दुःख निरोध आर्य सत्यलाई साक्षात्कार गर्नु पर्छ

निरोध आर्य सत्यको दोस्रो आवृत्ति हो- बुद्धिद्वारा दुःख निरोध निर्वाणको अवस्थालाई साक्षात्कार गर्नुपर्छ भनेर स्वीकार गर्नु । दुःख निरोध आर्य सत्यको दोस्रो आवृत्तिमा साधक मनको संवेदनाप्रतिको तृष्णालाई पूर्णरूपमा नाश गरेर निर्वाणको अवस्थालाई साक्षात्कार गर्नुपर्छ भन्ने तथ्यलाई बुद्धिको स्तरमा स्वीकार गर्दछ। साधनाको यस आवृत्तिमा साधकले श्रुतज्ञानमाथि चिन्तन, मनन, बौद्धिक विश्लेषण गर्दछ। साधनाविधिप्रति सैद्धान्तिक स्पष्टता प्राप्त गर्दछ तर बुद्धिको स्तरमा गरिएको स्वीकार वा चिन्तनबाट मात्र निर्वाण प्राप्ति सम्भव हुँदैन । त्यसैले साधक साधनाको तेस्रो आवृतिमा प्रवेश गर्दछ ।

तेस्रो आवृत्ति :- यो दुःख निरोध आर्य सत्य साक्षात्कार भयो

दुःख निरोध आर्य सत्यको तेस्रो आवृत्ति हो- साधनाको अनुभूतिद्वारा निरोध अवस्थाको साक्षात्कार। यस आवृत्तिमा साधक आर्य अष्टाङ्ग साधनामा प्रवेश गर्दछ, देह र चित्तको सत्यको अनुसन्धान गर्दछ, देह र

चित्तको क्षेत्रमा सतत उत्पन्न संवेदनाको उदय-व्यय धारालाई समभावी बनेर अवलोकन गर्दछ। यसरी तटस्थ भावले संवेदनालाई अवलोकन गर्दै मनको संवेदनालाई भोग्ने स्वभावलाई परिवर्तन गर्दछ, जन्म-जन्मान्तरदेखि सञ्चित विकारलाई क्षय गर्दछ र यही साधना प्रक्रियाद्वारा देह र चित्तको क्षेत्रभन्दा बाहिरको शाश्वत, ध्रुव, अमृत पदको अनुभूति प्राप्त गर्दछ। यसरी क्रमशः सोतापन्न, सकृतागामी, अनागामी हुँदै अन्ततः अरहत स्थिति प्राप्त गर्दछ। यही अनुभवका आधारमा प्रामाणिकरूपमा उसले भन्छ कि दुःख निरोध अवस्थाको साक्षात्कार भयो।

दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदा आर्य सत्य

"इदं दुक्खनिरोधगामिनी पटिपदा अरियसच्च'न्ति मे, भिक्खवे, पुब्बे अननुस्सुतेसु धम्मेसु चक्खुं उदपादि, ञाणं उदपादि, पञ्ञा उदपादि, विज्जा उदपादि, आलोको उदपादि। तं खो पनिदं दुक्खनिरोधगामिनी पटिपदा अरियसच्चं भावेतब्ब'न्ति मे, भिक्खवे, पुब्बे अननुस्सुतेसु धम्मेसु चक्खुं उदपादि, ञाणं उदपादि, पञ्ञा उदपादि, विज्जा उदपादि, आलोको उदपादि। 'तं खो पनिदं दुक्खनिरोधगामिनी पटिपदा अरियसच्चं भावित'न्ति मे, भिक्खवे, पुब्बे अननुस्सुतेसु धम्मेसु चक्खुं उदपादि, ञाणं उदपादि, पञ्ञा उदपादि, विज्जा उदपादि, आलोको उदपादि।"

अर्थात् यो दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदा आर्य सत्य हो। यसमा पहिले कहिल्यै नसुनिएको धर्ममा चक्षु उत्पन्न भयो, ज्ञान उत्पन्न भयो, प्रज्ञा उत्पन्न भयो, विद्या उत्पन्न भयो, आलोक उत्पन्न भयो। यस दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदा आर्य सत्यको भावना गर्नुपर्छ। यो पहिले कहिल्यै नसुनिएको धर्ममा चक्षु उत्पन्न भयो, ज्ञान उत्पन्न भयो, प्रज्ञा उत्पन्न भयो, विद्या उत्पन्न भयो, आलोक उत्पन्न भयो। यो दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदा आर्य सत्य भावित भयो। यो पहिले कहिल्यै नसुनिएको धर्ममा चक्षु उत्पन्न भयो, ज्ञान उत्पन्न भयो, प्रज्ञा उत्पन्न भयो, विद्या उत्पन्न भयो, आलोक उत्पन्न भयो।

दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदा भगवान् बुद्धद्वारा विकास गरिएको आठ अङ्गको त्यस्तो पूर्ण साधनाविधि हो, जहाँ साधक प्रत्येक साधनाको

अङ्गमा सम्यक स्थितिमा रहन्छ, समभावी स्थितिमा रहन्छ। साधकले दुःखको मूल कारण मनमा उत्पन्न हुने संवेदनाका तृष्णाप्रति समभावी बन्दै अन्ततः निर्वाणको स्थिति प्राप्त गर्दछ। दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदाका सम्पूर्ण साधना अङ्गहरूका व्याख्या माथि गरिसकिएको छ। त्यसैले यहाँ यस मार्गको प्रथम आवृत्ति (चरण) बाट व्याख्या प्रारम्भ गरिन्छ।

दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदा

प्रथमआवृत्ति :- यो दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदा आर्य सत्य हो।

दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदाको प्रथम आवृत्तिमा साधकले भगवान्‌ले प्रतिपादन गर्नुभएको आर्य अष्टाङ्ग मोक्ष साधनाविधिले अवश्य मोक्ष प्रदान गर्दछ भन्ने कुरा स्वीकार गर्दछ। आर्य अष्टाङ्ग साधनाविधि आंशिक, अपूर्ण, भ्रामक, असत्य साधनाविधि नभई सत्य निर्वाण दायिनी साधनाविधि हो भन्ने श्रुतज्ञानलाई स्वीकार गर्दछ।

यदि कुनै मानिस ईश्वर, गुरु, धर्म, सम्प्रदाय, मान्यता आदिमा विश्वास गर्दछ, मोक्ष ईश्वरकृपा, गुरुकृपा आदिबाट प्राप्त हुन्छ भन्ने विश्वास गर्दछ भने उसले धर्म, ईश्वर, आत्मा आदि पूर्णरूपमा अनुपस्थित यस साधनाविधिलाई अस्वीकार गर्दछ। त्यस्तो स्थितिमा उसले यस साधनाको प्रथम आवृत्तिमै प्रवेश गर्दैन तर जो साधक भगवान्‌द्वारा प्रतिपादित दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदा आर्य सत्यलाई सत्य मान्छ ऊ भने साधनामा प्रवेश गर्दछ।

दोस्रो आवृत्ति :- यो दुख निरोध गामिनी प्रतिपदा आर्य सत्यलाई भावना गर्नु पर्छ।

दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदा आर्य सत्यको दोस्रो आवृत्ति हो- बुद्धिका स्तरमा यस्तो स्वीकार गर्नु हो कि यस साधनाविधिलाई भावना गर्नुपर्छ, अनुभुतिमा उतार्नुपर्छ।

यस आर्य सत्यको दोस्रो आवृत्तिका साधकले आठ अङ्ग भएको यस साधनाविधिका प्रत्येक अङ्गलाई साधनामा उतारेर प्रत्यक्ष अनुभूतिको स्तरमा भावित गर्नुपर्छ भन्ने कुरालाई स्वीकार गर्दछ। साधनाको यस आवृत्तिमा साधकले यस मार्गमाथि चिन्तन, मनन्, बौद्धिक अवलोकन

आदि प्रक्रियाद्वारा साधनाको सैद्धान्तिक पक्षलाई पुष्ट गर्दछ, चिन्तन ज्ञान प्राप्त गर्दछ तर बुद्धिको स्तरमा गरिएको स्वीकार र बौद्धिक चिन्तनबाट मात्र निर्वाण प्राप्त हुँदैन। त्यसैले ऊ साधनाको तेस्रो आवृत्तिमा प्रवेश गर्दछ।

तेस्रोआवृत्ति :- यो दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदा आर्य सत्य भावित भयो।

दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदा आर्य सत्यको तेस्रो आवृत्ति हो- अनुभूतिमा भावित (थाहा) हुनु। दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदा आर्य सत्यको तेस्रो आवृत्तिका साधक साधनामा प्रवेश गर्दछ, आर्य अष्टाङ्गमार्गका प्रत्येक मार्ग वा अङ्गलाई पटकपटक अनुभूतिमा उतार्छ, पटकपटक भावित गर्दछ, शील, समाधि, प्रज्ञालाई साधनाद्वारा पुष्ट गर्दछ। जब चार आर्य सत्यका सम्पूर्ण अवस्थालाई अनुभूतिमा भावित गर्दछ तब यही अनुभूतिका आधारमा घोषणा गर्दछ कि दुःख निरोध गामिनी प्रतिपदा आर्य सत्य भावित भयो।

सारांशमा भन्नुपर्दा यी चार आर्य सत्यको पहिलो आवृत्ति वा श्रुतज्ञानलाई श्रद्धाको स्तरमा सत्य मानेर स्वीकार गर्दा साधकले साधनाको प्रथम कदमलाई अगाडि बढाउँछ। उसले भगवान् बुद्धले प्रतिपादन गर्नुभएको मोक्ष विद्या सत्यलाई स्वीकार गर्दछ। जीवनमा सत्य अन्वेषणको ढोका खोल्छ। जीवनको दुःखको परिधिलाई पार गरेर भवचक्र, लोकचक्रलाई समाप्त गर्ने सम्भावनाको ढोका सृजना गर्दछ तर जसले चार आर्य सत्यको पहिलो आवृत्तिलाई नै स्वीकार गर्दैन, भगवान्को चार आर्य सत्यको सिद्धान्तलाई नै स्वीकार गर्दैन ऊ सांसारिक भोगपूर्ण जीवनको दुःखपूर्ण परिधिभित्र व्याकुल भएर बाँच्छ। मृत्युपश्चात् अनेक लोकका लागि पृष्ठभूमि तयार पार्छ। त्यस्तो मानिसले जीवन मुक्तिको सम्पूर्ण सम्भावनाका द्वारलाई बन्द गर्दछ।

जब साधकले चार आर्य सत्यको दोस्रो आवृत्तिलाई स्वीकार गर्दछ उसले साधनाको दोस्रो कदमलाई अगाडि बढाउँछ, चार आर्य सत्यको चिन्तन मनन गर्दछ ? चार आर्य सत्य के हो ? यसले कसरी निर्वाण प्रदान गर्दछ ? भन्नेबारे अन्वेषण गर्दछ। यही अन्वेषण प्रक्रियाद्वारा साधनाको सैद्धान्तिक पक्षप्रति स्पष्ट बन्छ।



जब साधकले चार आर्य सत्यको तेस्रो अङ्गलाई स्वीकार गर्दछ ऊ स्पष्टरूपमा आर्य अष्टाङ्ग साधनामा प्रवेश गर्दछ। उसले मनुष्य जीवनको चरम विकासको सम्भावना वा बुद्धत्वलाई प्राप्त गर्ने सम्भावनाको द्वार खोल्छ। जन्म-जन्मान्तरको दुःखचक्र, भवचक्र, लोकचक्रलाई नाश गरेर सधैँका लागि मुक्त भएर जाने मार्गमा विचरण गर्न थाल्छ। भगवान्ले यी चार आर्य सत्यका तीन आवृतिबाट गुज्रिएर निर्वाण प्राप्त गर्नुभएको थियो।

''यावकीवञ्च मे, भिक्खवे, इमेसु चतूसु अरियसच्चेसु एवं तिपरिवट्टं द्वादसाकारं यथाभूतं ञाणदस्सनं न सुविसुद्धं अहोसि, नेव तावाहं, भिक्खवे, सदेवके लोके समारके सब्रह्मके सस्समणब्राह्मणिया पजाय सदेवमनुस्साय 'अनुत्तरं सम्मासम्बोधिं अभिसम्बुद्धो'ति पच्चञ्ञासिं ''यतो च खो मे, भिक्खवे, इमेसु चतूसु अरियसच्चेसु एवं तिपरिवट्टं द्वादसाकारं यथाभूतं ञाणदस्सनं सुविसुद्धं अहोसि, अथाहं, भिक्खवे, सदेवके लोके समारके सब्रह्मके सस्समणब्राह्मणिया पजाय सदेवमनुस्साय 'अनुत्तरं सम्मासम्बोधिं अभिसम्बुद्धो'ति पच्चञ्ञासिं। ञाणञ्च पन मे दस्सनं उदपादि 'अकुप्पा मे विमुत्ति अयमन्तिमा जाति, नत्थिदानि पुनब्भवो''ति।

अर्थात् भिक्षुहरू! जबसम्म यी चार आर्य सत्यका तीनतीन आवृत्तिको यथार्थ विशुद्ध ज्ञान प्राप्त दर्शन गरिन भिक्षुहरू तबसम्म देवतासहित, मार, ब्रह्मा, श्रमण तथा ब्राह्मण, देवता, मनुष्यमा मैले यस्तो दावी गरिन कि मलाई अनुत्तर (सर्वोत्तम) सम्यक सम्बोधि प्राप्त भएको छ।

भिक्षुहरू! जब यी चार आर्य सत्यका तीनतीन आवृत्तिसहित बाह्र आवृत्तिका यथार्थ विशुद्ध ज्ञान दर्शन प्राप्त भयो तब मैले देवतासहित, मार, ब्रह्मा, श्रमण, ब्राह्मण तथा अन्य देवता, मनुष्यमा यस्तो दावी गरैं कि मलाई अनुत्तर सम्यक सम्बोधि प्राप्त भएको छ। मैले ज्ञान दर्शन प्राप्त गरेको छु, अचल विमुक्ति प्राप्त गरेको छु। यो मेरो अन्तिम जन्म हो। अब मेरो आगमन (पुनर्जन्म) समाप्त भएको छ।

भगवान् भन्नुहुन्छ भिक्षुहरू! यी जुन चार आर्य सत्य छन्, यी चार आर्य सत्यका जुन तीनतीन आवृत्ति छन्, जहाँ साधकले प्रथम आवृत्तिमा

प्रत्येक आर्य सत्यलाई श्रुतज्ञानको आधारमा यो सत्य हो भन्ने स्वीकार गर्दछ, दोस्रो आवृत्तिमा प्रत्येक आर्य सत्यलाई चिन्तन वा बौद्धिक ज्ञानको आधारमा यो सत्यलाई पूरा जानकारी गर्नुपर्छ भन्ने स्वीकार गर्दछ र तेस्रो आवृत्तिमा साधक प्रत्येक साधनाको प्रामाणिक अनुभूतिका आधारमा यो सत्यको पूरा जानकारी भयो भन्ने घोषणा गर्दछ।

भिक्षुहरू! जबसम्म यी चार आर्य सत्य र प्रत्येक आर्य सत्यका तीनतीन आवृत्ति गरी सम्पूर्ण बाह्र आवृत्तिलाई आफैँले साधनामा सम्यक रूपले उतार्न सकिन वा जबसम्म प्रामाणिकरूपमै मैले निर्वाणको अनुभूति गरिन तबसम्म मेरो ज्ञान शुद्ध भएन, सम्यक सम्बोधि प्राप्त भएन, मैले प्रामाणिक सम्यक ज्ञान प्राप्त गर्न सकिन अर्थात् मलाई प्रामाणिक निर्वाण प्राप्त भएन।

अनि जबसम्म मलाई प्रामाणिकरूपमा निर्वाण प्राप्त भएन तबसम्म यो संसार, जहाँ देवता पनि छन्, मार पनि छन्, ब्रह्मा पनि छन्, श्रवण पनि छन्, ब्राह्मण पनि छन्, प्रजा वा साधारण मानिस पनि छन्। यी देवता, मार, श्रवण, ब्रह्मा, ब्राह्मण, प्रजा आदिका बीचमा मैले यो कहिल्यै घोषणा गरिन कि मलाई 'सम्बोधि' प्राप्त भएको छ। (स्मरणरहोस् जब पञ्चवर्गीय भिक्षुहरूले साधना भ्रष्ट भगवान्‌लाई कसरी निर्वाण प्राप्त भयो ? भन्ने प्रश्न उठाइरहेका थिए। त्यतिबेला भगवान्‌ले पञ्चवर्गीय भिक्षुहरूलाई यही प्रश्न गर्नुभएको थियो कि के मैले यस भन्दा अगाडि कहिल्यै निर्वाण प्राप्त गरेको दावी गरेको थिएँ ?)

जब गुरुहरूको सत्यवादिताको प्रसङ्ग उठ्छ, एक अत्यन्त मननीय पक्ष के छ भने वर्तमान समयमा जस्तै भगवान्‌को समयमा पनि विभिन्न धर्म, ईश्वर, गुरु, दर्शन आदिसँग सम्बन्धित अनेक सम्प्रदाय, मत, मान्यता प्रचलनमा थिए। ती प्रत्येक सम्प्रदायका गुरु थिए। कैयौँ गुरु यस्तो हुनुहुन्थ्यो, जो स्वयंलाई मोक्ष पुरुषको रूपमा घोषणा गर्नुहुन्थ्यो, मैले मोक्ष प्राप्त गरेको छु भन्ने दावी गर्नुहुन्थ्यो तर ती गुरुका निर्वाण ज्ञान बौद्धिक व्याख्याको रूपमा मात्र सीमित थियो। उहाँहरूले ध्यानको विनाशी अनुभूति त प्राप्त भएको थियो तर चार आर्यसत्यका बाह्र आवृतिलाई साधना उतारेर निर्वाणको इन्द्रियातीत अविनाशी अनुभूति प्राप्त गर्नुभएको

थिएन। गुरु आलार कालम, उद्दक रामपुत्त यस्तै प्रकृतिका गुरु हुनुहुन्थ्यो। भगवान् स्वयंलाई गुरु आलार कालम र गुरु रामपुत्तका साधना अनुभूति प्राप्त थियो। तैपनि भगवान्ले ती उच्च साधनानुभूति पश्चात् मैले मोक्ष प्राप्त गरेको छु भन्ने घोषणा गर्नुभएन।

भगवान्ले कठोर देहपीडक तपस्या पनि गर्नुभएको थियो। त्यस साधनामा जेजस्ता अनुभूति प्राप्त भएका थिए त्यसको आधारमा पनि उहाँले निर्वाण प्राप्त गरें भन्ने दावी गर्नुभएन किनभने भगवान् सत्यवादी हुनुहुन्थ्यो। असाधारण इमान्दार हुनुहुन्थ्यो। गुरुत्व भोग उहाँको लक्ष्य थिएन। उहाँ स्वयं उच्च सम्मानको वैभवपूर्ण जीवनलाई त्यागेर सत्यको खोजमा आउनुभएको थियो। सत्य प्राप्ति मात्र उहाँको लक्ष्य थियो। यही सत्य प्राप्तिका लागि जीवन अर्पण गर्नुभएको थियो। जब भगवान्ले चार आर्य सत्यमाथि साधना गर्नुभयो, चार आर्य सत्यका तीनतीन आवृत्तिका दरले बाह्र आवृत्तिलाई पटकपटक साधनामा उतार्नुभयो र साधनाद्वारा जब भगवान्ले ६ इन्द्रिय क्षेत्रका अनित्यतालाई साक्षात्कार गरेर इन्द्रियातीत क्षेत्रलाई साक्षात्कार गर्नुभयो अर्थात् उहाँलाई प्रामाणिकरूपमा निर्वाण प्राप्त भयो तब मात्र पूर्वजन्मका यावत स्मृति प्राप्त भयो, दिव्य चक्षु प्राप्त भयो, आश्रव क्षयको स्पष्ट अनुभूति भयो, दुःख सम्पूर्णरूपमा समाप्त भएको बोध भयो।

भगवान् भन्नुहुन्छ कि भिक्षुहरू! जब आफैँलाई यी चार आर्य सत्य र तिनका बाह्र आवृतिका साधनापश्चात् निर्वाण प्राप्त भएको स्पष्ट बोध भयो त्यसपछि मात्र यो जगत्, जहाँ देवता पनि छन्, मार पनि छन्, ब्रह्मा पनि छन्, श्रवण पनि छन्, ब्राह्मण पनि छन्, साधारण मनुष्य पनि छन्। यी देवता, मार, ब्रह्मा, श्रवण, ब्राह्मण, मनुष्य आदिका बीचमा मैले यो घोषणा गरें कि मलाई अनुत्तर सम्यक सम्बोधि प्राप्त भएको छ, मैले ज्ञान वा निर्वाण प्राप्त गरेको छु, अचल विमुक्ति प्राप्त गरेको छु, जीवन विकासको पराकाष्ठालाई प्राप्त गरेको छु, मेरो सम्पूर्ण विकार नष्ट भई शुद्ध भएको छु, यो मेरो अन्तिम जन्म हो, अब मेरो आगमन वा पुनर्जन्म समाप्त भएको छ।

बुद्ध साहित्यको अध्ययन गर्दा के देखिन्छ भने भगवान्लाई निर्वाण

प्राप्त भएको एक सप्ताहपश्चात् एक अभिमानी ब्राह्मण भगवान्को समीप आएर यस्तो प्रश्न गरे कि ब्राह्मण भनेको के हो ? भगवान्ले उनलाई ब्राह्मणको 'अर्थ' सम्झाउनु भयो तर म सम्यक सम्बुद्ध हुँ भन्ने घोषणा गर्नुभएन। यसभन्दा अगाडि भगवान्ले 'गुरु' बनेर कतै धर्मचर्चा गरेको पाइन्न। उहाँले धर्मचर्चा, धर्म प्रवर्तन त के धर्मका साधारण उपदेशसम्म कसैलाई दिनुभएन।

त्यस्तै निर्वाणको दोस्रो सप्ताहमा तपस्सू र मल्लिक नाम गरेका दुई व्यापारीलाई भगवान्ले धर्मको उपदेश दिनुभयो। यसको अर्थ यही हुन्छ कि जब भगवान्लाई धर्म बोध भयो तत्पश्चात् मात्र उहाँले धर्मको शरणमा आएका उपासकलाई धर्मचर्चा गर्न प्रारम्भ गर्नुभयो। जबसम्म भगवान् स्वयंलाई बोधि प्राप्त भएको थिएन तबसम्म उहाँले कुनै पनि उपासकलाई धर्मोपदेश दिनुभएन।

त्यस्तै जब भगवान् धर्मचक्र प्रवर्तन गर्न पञ्चवर्गीय भिक्षुलाई खोज्दै वाराणसीतर्फ जाँदै हुनुहुन्थ्यो बाटामा एक नग्न साधु भगवान्को आध्यात्मिक किरणले प्रदिप्त सौन्दर्यपूर्ण रूप, काय देखेर प्रभावित भए। ती नग्न साधुले भगवान्लाई सोधे कि कुन गुरु वा सम्प्रदाय सम्बन्धित हुनुहुन्छ ? भगवान्ले प्रथमपटक ती साधुलाई स्वयं सम्यक सम्बुद्ध भएको घोषणा गर्नुभएको थियो। त्यतिबेला भगवान्ले भन्नुभएको थियो कि मेरो कोही गुरु हुनुहुन्न। म संसारमा अरहत हुँ। अपूर्व शास्ता (गुरु) हुँ। एक सम्यक सम्बुद्ध, शीतल तथा निर्वाण प्राप्त हुँ। धर्मचक्र प्रवर्तनका लागि काशीतर्फ गइरहेको छु।

तत्पश्चात् पञ्चवर्गीय भिक्षुहरूले भगवान्लाई जब समकालीन मित्रलाई जस्तै आबुस वा आयुष्मान् भनेर सम्बोधन गरे त्यतिबेला मात्र भगवान्ले स्पष्टरूपमा स्वयं सम्यक सम्बुद्ध भएको घोषणा गर्दै भन्नुभएको थियो कि भिक्षुहरू! तथागतलाई नाम वा आबुस भनेर सम्बोधन नगर। भिक्षुहरू तथागत अरहंत सम्यक सम्बुद्ध हुनुहुन्छ। स्पष्ट छ- सत्यवादी भगवान्ले त्यतिबेलासम्म मलाई सम्यक सम्बोधि प्राप्त भएको छ भनेर दावी गर्नुभको थिएन जति बेलासम्म उहाँलाई यथार्थ ज्ञान प्राप्त भएको थिएन। यस तथ्यले भगवान्को गहन सत्यवादितालाई उजागर गर्दछ।





वर्तमान समाजमा जसरी निर्वाण अनुभूति प्राप्त नगरेका गुरुहरू स्वघोषित मोक्ष पुरुष बन्दै धर्मशिक्षा बाँडिरहेका छन् यस्तो समयमा भगवान्को सत्यवादिता मर्मपूर्ण देखिन्छ।

जब भगवान्ले माथिका वचन भन्नुभयो तब भगवान्लाई पञ्चवर्गीय भिक्षुहरूले अभिनन्दन गरे।

पञ्चवर्गीय भिक्षुहरू मोक्षमार्गका गम्भीर साधक थिए। उनीहरू कैयौँ मोक्ष विद्या, साधनाविधिप्रति पनि परिचित थिए। जब उनीहरूले भगवान्लाई त्याग गरे, तत्पश्चात् यही पवित्र स्थलमा आई आफूलाई ज्ञात भएका मोक्ष विद्यालाई साधनामा उतार्ने प्रयास गरिरहेका थिए तर साधनामा पूर्णतः असफल थिए। किनकि जुन विद्या, साधनाविधिका बारेमा उनीहरू परिचित थिए ती साधनाविधि आफैँ अपूर्ण थिए, अस्पष्ट थिए। जब उनीहरू आँखा बन्द गरेर साधनामा प्रवेश गर्थे, प्रत्येक पाइलामा भ्रम, अन्योल र अस्पष्टता प्राप्त गर्थे। यस्तो दुरुह आन्तरिक साधनामा सत्य साधना मार्ग पहिल्याउन असमर्थ बनी असफलता प्राप्त गरिरहेका थिए।

यसरी निर्वाण साधनामा सत्य मार्ग पहिल्याउन नसकी साधना सङ्घर्षमा फसिरहेको समयमा भगवान्बाट जब उनीहरूले चार आर्य सत्य, चार आर्य सत्यका बाह्र आवृत्ति र चार आर्य सत्यलाई साधनामा उतार्ने स्पष्ट आर्य अष्टाङ्गमार्गका बारेमा ज्ञान प्राप्त गरे तत्पश्चात् पञ्चवर्गीय भिक्षुहरूलाई सत्य निर्वाण साधना मार्ग मध्याह्नको घाम जस्तै छर्लङ्ग भयो। भगवान्द्वारा प्रदान गरिएको यो नितान्त नवीन सरल, वैज्ञानिक निर्वाण ज्ञानको बोधसँगै उनीहरू भगवान्सँग कृत्यकृत्य भए। यतिबेला अनायासै उनीहरूका मनमा भगवान्प्रति गहन श्रद्धाभाव उत्पन्न भयो।

यो सत्य निर्वाण साधनाको व्याख्या भगवान् स्वयंले गरिरहनुभएको थियो, जो स्वयं यही साधनाविधिबाट निर्वाण प्राप्त गरी पञ्चवर्गी भिक्षुहरूका अगाडि आध्यात्मिक किरणले प्रदिप्त महायोगी जस्तै उपस्थित हुनुहुन्थ्यो। उनीहरू भगवान्को धर्मोपदेशले अत्यन्त प्रशन्न भए। भगवान्प्रति उनीहरूका मनमा पुनः पुनः गहन श्रद्धा र कृतज्ञताका भाव उत्पन्न भयो। तत्पश्चात् ती पञ्चवर्गीय भिक्षुहरूले उठेर आदरपूर्वक

भगवान्‌लाई हार्दिक अभिनन्दन गरे, भगवान्‌द्वारा वाचन गरिएको सत्य मोक्ष साधनाविधिलाई अभिनन्दन गरे ।

"इदमवोच भगवा । अत्तमना पञ्चवग्गिया भिक्खू भगवतो भासितं अभिनन्दुन्ति । इमस्मिञ्च पन वेय्याकरणस्मिं भञ्ञमाने आयस्मतो कोण्डञ्ञस्स विरजं वीतमलं धम्मचक्खुं उदपादि – "यं किञ्चि समुदयधम्मं, सब्बं तं निरोधधम्म"न्ति ।

भगवान्‌बाट यो धर्मचक्र प्रवर्तत साधना विधिको व्याख्यान श्रवण गरेपश्चात् अयुष्मान् कौडिन्यलाई 'जो समुदय धर्म छ, त्यो निरोध धर्म छ।' यो ज्ञान वा निरज (रागरहित) विमल (मयलरहित) धर्मचक्षु उत्पन्न भएको थियो ।

त्यसपछि भगवान्‌को मुखबाट यस्तो उदान (उल्लास चित्तबाट निस्किएको वचन) निस्कियो- 'अरे... कौडिण्यले जाने, अरे कौडिन्यले जाने ।' यस प्रकार आयुष्मान् कौडिण्यको नाम 'ज्ञानी कौडिण्य' भयो ।

यी पञ्चवर्गीय भिक्षुमध्येका जेष्ठ भिक्षु कौडिण्य ब्राह्मण गहन आध्यात्मिक पृष्ठभूमिबाट आएका पात्र थिए। ती राजा शुद्धोदनद्वारा भगवान्‌को भविष्य सम्बन्धी प्रश्न समाधान गर्न दरवारमा निम्त्याइएका राज्यका आठ विशिष्ठ विद्वान् ब्राह्मणमध्येका कनिष्ट विद्वान् थिए । उनी विद्वान् बाह्मण मात्र नभई मोक्ष आकाङ्क्षी साधक भएकाले तिनले कैयौं मोक्ष शास्त्रका गहन अध्ययन गरेका थिए, ती शास्त्रप्रति गम्भीर चिन्तन गरेका थिए, अनेक निर्वाण साधनाविधिलाई बारम्बार जीवनमा प्रयोग गरेका थिए ।

उनले भगवान्‌को कठोर देहपीडक तपस्याका दिनमा अन्य चार भिक्षुसँगै भगवान्‌को समीपमा बसेर तपस्या पनि गरेका थिए । भगवान्‌को भोजन ग्रहणपश्चात् मात्र तिनले साधना भ्रष्टको संज्ञा दिँदै भगवान्‌लाई त्यागेका थिए। उनको मोक्षप्रतिको प्यास यति तीव्र थियो कि उनी भगवान्‌लाई त्याग गरेपश्चात् पनि मृगदायमा आएर निर्वाण प्राप्तिका लागि साधना गरिरहेका थिए ।

यसरी मोक्षप्रतिको गहन अभिलाषा, निर्वाण शास्त्रका गहन अध्ययन,





दीर्घकालसम्मको साधना प्रयास आदिले गर्दा उनमा गहन आध्यात्मिक पात्रत्वको विकास भइसकेको थियो। उनमा कुनै पनि मोक्ष विद्या वा साधनाविधिलाई सुन्ने वित्तिकै त्यस विद्या वा विधिको गहिराइमा छिपेको मर्मलाई सहजै ग्रहण गर्न सक्ने क्षमता पलाइसकेको थियो।

जब भगवान्ले चार आर्य सत्य, बाह्र आवृत्ति, आर्य अष्टाङ्गमार्ग आदिका व्याख्या प्रारम्भ गर्नुभयो, उनको तीक्ष्ण दृष्टिमा भगवान्का गहन शब्दमा छिपेका गहन भाव, अर्थ र मर्म खुल्दै गए। भगवान् आठ साधनाविधियुक्त असाधारण निर्वाण साधनाविधिको व्याख्या गरिरहनुभएको थियो। जब उनले भगवान्को शब्दमा छिपेको मर्मलाई ठम्याउँदै गए, भगवान्का गहन शब्द ग्रहणका साथै ज्ञानको गहिराइमा डुब्दै गए, उनीभित्र भित्र भगवान्का शब्दहरूले तरङ्गित हुँदै गइरहेका थिए। उनी स्वयं काय र चित्तको क्षेत्रमा उत्पन्न भइरहेका सुखद, दुःखद प्रकृतिका अनेक संवेदना उदय-व्यय, उदय-व्यय भएको स्पष्ट बोध गरिरहेका थिए, संवेदनाप्रति समभावी वा सम्यक बनिरहेका थिए।

उनमा काय र चित्त संवेदनाको पुञ्ज वा तरङ्ग मात्र हो। तरङ्गरूप जीवनका सम्पूर्ण पक्ष अनित्य हो भन्ने भाव गहिरिँदै गइरहेको थियो। उनी शनैःशनैः अनात्मबोधको क्षेत्रमा प्रवेश गर्दै गए र परमाणुका पुञ्ज प्रवाह वा तरङ्गैतरङ्गको प्रवाह भइरहेको देह र चित्तमा 'म' र 'मेरो' नामक कुनै वस्तु नभएको ज्ञान वा बोध प्राप्त गरे। यसरी अनित्य बोध, अनात्म बोधका स्थितिबाट गुज्रिँदै उनी इन्द्रियातीत क्षेत्रतर्फ बढ्दै गए। आध्यात्मिक रूपान्तरणको प्रक्रियामा चित्तका विकारहरू उखेलिँदै जाँदा उनको चित्त झन्झन् उल्लासमय हुँदै गयो। चित्तका किरण मुहारमा प्रकट हुँदा झन्झन् आभापूर्ण हुँदै गए। उनमा धर्मचक्रको प्रामाणिक ज्ञान वा विरज, विमल धर्मचक्षु उत्पन्न भइरहेको थियो। जब भगवान्ले ब्राह्मण कौडिण्यको यस्तो स्थिति देख्नुभयो तब भगवान्लाई यस्तो स्पष्ट बोध भयो कि कौडिण्य गहन आध्यात्मिक रूपान्तरणबाट गुज्रिँदै अरहत वा निर्वाणको अवस्थातर्फ गइरहेका छन्। तत्पश्चात् भगवान्ले खुसी हुँदै भन्नुभयो- 'अरे कौडीण्यले जाने! अरे कौडीण्यले जाने वा निर्वाण प्राप्त गरे।' यसरी ब्राह्मण कौडिण्य भगवान्को प्रथम धर्मदेशना सुन्दासुन्दै अरहत अवस्था प्राप्त गर्ने प्रथम साधक बने।

जब भगवान्ले यसरी पञ्चवर्गीय भिक्षुहरूलाई धर्मचक्र प्रवर्तनको साधनाविधि व्याख्या गरिरहनुभएको थियो तब यस धर्तीमा धेरै वर्षको अन्तरालमा जन्मनु भएका सम्यक सम्बुद्धको प्रथम धर्मदेशना सुन्न विभिन्न लोकबाट देवताहरू र ब्रह्मा पनि आएका थिए। किनकि सत्य निर्वाण साधनाविधि प्राप्त गर्नु दुरुह थियो। सत्य निर्वाण साधनाविधि प्राप्त गर्न असमर्थ भएकै कारण ती देवता, ब्रह्मा आदिले पनि पुनर्जन्म प्राप्त नहुने स्थिति प्राप्त गर्न असमर्थ भई मात्र उच्चलोक प्राप्त गरेका थिए। उनीहरू स्वयं 'सत्य निर्वाण साधनाविधि' सिक्न लालयित थिए। जब उनीहरूले भगवान्बाट धर्मचक्र प्रवर्तन सुत्तमा व्याख्या गरिएको चार आर्य सत्य, चार आर्य सत्यका बाह्र साधनालाई संयोजन गरी बनाइएको असाधारण आर्य अष्टाङ्गमार्गरूप सत्य निर्वाण साधनाविधिका बारेमा सुने तब मोक्ष अभिलाषी ती देवता, ब्रह्मा आदिले पनि यो सत्य निर्वाण साधनालाई अभिनन्दन गर्दै भने-

"पवत्तिते च पन भगवता धम्मचक्के भुम्मा देवा सद्दमनुस्सावेसुं- एतं भगवता बाराणसियं इसिपतने मिगदाये अनुत्तरं धम्मचक्कं पवत्तितं अप्पटिवत्तियं समणेन वा ब्राह्मणेन वा देवेन वा मारेन वा ब्रह्मुना वा केनचि वा लोकस्मि''न्ति ।''

अर्थात् जब भगवान्को यस धर्मचक्र प्रवर्तनलाई भूमिका देवताहरूले सुने तब उनीहरूले यो घोषणा गरे कि भगवान्ले वाराणसीको यो ऋषिपतन मृगदायमा यस्तो अनुत्तर (सर्वोत्तम) धर्मचक्र प्रवर्तन गर्नुभएको छ, जसलाई कुनै पनि श्रमण, ब्रह्मण, देवता, मार, ब्रह्मा आदि कसैले पनि प्रवर्तन गर्न सक्दैनन्।

भगवान्ले आज यस वाराणसी नगरको पवित्र ऋषिपतन मृगदायमा जुन अनुत्तर धर्मचक्र प्रर्वतन गर्नुभएको छ कि यस्तो आठ साधनायुक्त पूर्ण मोक्ष साधनाविधिलाई कुनै पनि श्रमण, ब्राह्मण, देवता, मार, ब्रह्मा आदिले प्रतिपादन गर्न सक्दैनन्। यस्तो सर्वोत्तम धर्मचक्र प्रवर्तन गर्ने साधनाको व्याख्या त्यस्तो महापुरुषले मात्र गर्न सक्छ, जसले स्वयं यो धर्मचक्र साधनाद्वारा निर्वाणको अवस्था प्राप्त गरेको छ। तत्पश्चात् विभिन्न लोकमा यस्तो हर्ष ध्वनि फैलिँदै गयो, तरङ्गित हुँदै गयो-





"भुम्मानं देवानं सद्दं सुत्वा चातुमहाराजिका देवा सद्दमनुस्सावेसुं- एतं भगवता बाराणसियं इसिपतने मिगदाये अनुत्तरं धम्मचक्कं पवत्तितं, अप्पटिवत्तियं समणेन वा ब्राह्मणेन वा देवेन वा मारेन वा ब्रह्मुना वा केनचि वा लोकस्मि''न्ति ।''

अर्थात् भूमिका देवताहरूका शब्द सुनेर चातुरमहाराजिक (देवलोक) का देवताहरूले यस्तो घोषणा गरे कि भगवान्ले वाराणासीको यो ऋषिपतन मृगदायमा यस्तो अनुत्तर (सर्वोत्तम) धर्मचक्र प्रवर्तन गर्नुभएको छ कि, जसलाई कुनै पनि श्रमण, ब्राह्मण, देवता, मार, ब्रह्मा वा अन्य कसैले पनि प्रवर्तन गर्न सक्दैनन् ।

"चातुमहाराजिकानं देवानं सद्दं सुत्वा तावतिंसा देवा सद्दमनुस्सावेसुं- एतं भगवता बाराणसियं इसिपतने मिगदाये अनुत्तरं धम्मचक्कं पवत्तितं, अप्पटिवत्तियं समणेन वा ब्राह्मणेन वा देवेन वा मारेन वा ब्रह्मुना वा केनचि वा लोकस्मि''न्ति ।''

अर्थात् चातुर्महाराजिक देवताहरूका शब्द सुनेर त्रयस्त्रिंशत् लोकका देवताहरूले यस्तो घोषणा गरे कि भगवान्ले वाराणासीको यस ऋषिपतन मृगदायमा यस्तो अनुत्तर (सर्वोत्तम) धर्मचक्र प्रवर्तन गर्नुभएको छ कि, जसलाई कुनै पनि श्रमण, ब्राह्मण, देवता, मार, ब्रह्मा वा अन्य कसैले पनि प्रवर्तन गर्न सक्दैनन् ।

"तावतिंसानं देवानं सद्दं सुत्वा यामा देवा सद्दमनुस्सावेसुं- एतं भगवता बाराणसियं इसिपतने मिगदाये अनुत्तरं धम्मचक्कं पवत्तितं, अप्पटिवत्तियं समणेन वा ब्राह्मणेन वा देवेन वा मारेन वा ब्रह्मुना वा केनचि वा लोकस्मि''न्ति ।''

अर्थात् त्रयस्त्रिंशत् (तुषित) लोकका देवताका शब्द सुनेर यमलोकका देवताहरूले यस्तो घोषणा गरे कि भगवान्ले वाराणासीको यस ऋषिपतन मृगदायमा यस्तो अनुत्तर (सर्वोत्तम) धर्मचक्र प्रवर्तन गर्नुभएको छ कि, जसलाई कुनै पनि श्रमण, ब्राह्मण, देवता, मार, ब्रह्मा वा अन्य कसैले पनि प्रवर्तन गर्न सक्दैनन् ।

"यामानं देवानं सद्दं सुत्वा तुसिता देवा सद्दमनुस्सावेसुं- एतं भगवता बाराणसियं इसिपतने मिगदाये अनुत्तरं धम्मचक्कं पवत्तितं, अप्पटिवत्तियं समणेन वा ब्राह्मणेन वा देवेन वा मारेन वा ब्रह्मुना वा केनचि वा लोकस्मि''न्ति ।''

अर्थात् यामा लोकका देवताहरूका शब्द सुनेर तुषित लोकका देवताहरूले यस्तो घोषणा गरे कि भगवान्‌ले वाराणासीको यस ऋषिपतन मृगदायमा यस्तो अनुत्तर (सर्वोत्तम) धर्मचक्र प्रवर्तन गर्नुभएको छ कि, जसलाई कुनै पनि श्रमण, ब्राह्मण, देवता, मार, ब्रह्मा वा अन्य कसैले पनि प्रवर्तन गर्न सक्दैनन् ।

"तुसितानं देवानं सद्दं सुत्वा निम्मानरती देवा सद्दमनुस्सावेसुं- एतं भगवता बाराणसियं इसिपतने मिगदाये अनुत्तरं धम्मचक्कं पवत्तितं, अप्पटिवत्तियं समणेन वा ब्राह्मणेन वा देवेन वा मारेन वा ब्रह्मुना वा केनचि वा लोकस्मि''न्ति ।''

अर्थात् तुषित लोकका देवताहरूका शब्द सुनेर निर्माणरति लोकका देवताहरूले यस्तो घोषणा गरे कि भगवान्‌ले वाराणासीको यस ऋषिपतन मृगदायमा यस्तो अनुत्तर (सर्वोत्तम) धर्मचक्र प्रवर्तन गर्नुभएको छ कि, जसलाई कुनै पनि श्रमण, ब्राह्मण, देवता, मार, ब्रह्मा वा अन्य कसैले पनि प्रवर्तन गर्न सक्दैनन् ।

"निम्मानरतीनं देवानं सद्दं सुत्वा परनिम्मितवसवत्ती देवा सद्दमनुस्सावेसुं- एतं भगवता बाराणसियं इसिपतने मिगदाये अनुत्तरं धम्मचक्कं पवत्तितं, अप्पटिवत्तियं समणेन वा ब्राह्मणेन वा देवेन वा मारेन वा ब्रह्मुना वा केनचि वा लोकस्मि''न्ति ।''

अर्थात् निर्माणरति लोकका देवताहरूका शब्द सुनेर परनिर्वितवशवर्ती लोकका देवताहरूले यस्तो घोषणा गरे कि भगवान्‌ले वाराणासीको यस ऋषिपतन मृगदायमा यस्तो अनुत्तर (सर्वोत्तम) धर्मचक्र प्रवर्तन गर्नुभएको छ कि, जसलाई कुनै पनि श्रमण, ब्राह्मण, देवता, मार, ब्रह्मा वा अन्य कसैले पनि प्रवर्तन गर्न सक्दैनन् ।



"परनिम्मितवसवत्तीनं देवानं सद्दं सुत्वा ब्रह्मकायिका देवा सद्दमनुस्सावेसुं– "एतं भगवता बाराणसियं इसिपतने मिगदाये अनुत्तरं धम्मचक्कं पवत्तितं अप्पटिवत्तियं समणेन वा ब्राह्मणेन वा देवेन वा मारेन वा ब्रह्मुना वा केनचि वा लोकस्मि"न्ति ।"

अर्थात् परनिर्वितवशवर्ती लोकका देवताहरूका शब्द सुनेर ब्रह्मपरिषद लोकका देवताहरूले यस्तो घोषणा गरे कि भगवान्‌ले वाराणासीको यस ऋषिपतन मृगदायमा यस्तो अनुत्तर (सर्वोत्तम) धर्मचक्र प्रवर्तन गर्नुभएको छ कि, जसलाई कुनै पनि श्रमण, ब्राह्मण, देवता, मार, ब्रह्मा वा अन्य कसैले पनि प्रवर्तन गर्न सक्दैनन् ।

"इतिह तेन खणेन (तेन लयेन) तेन मुहुत्तेन याव ब्रह्मलोका सद्दो अब्भुग्गच्छि । अयञ्च दससहस्सिलोकधातु सङ्कम्पि सम्पकम्पि सम्पवेधि, अप्पमाणो च उककारो ओभासो लोके पातुरहोसि अतिक्कम्म देवानं देवानुभावन्ति ।"

अर्थात् यस प्रकार एकपछि अर्को लोक गर्दै त्यही क्षण, त्यही मुहूर्तमा यो शब्द ब्रह्मलोकसम्म पुग्यो र यो दसहजार चक्रवाल (दसहजार लोकहरूको समूह) एकै साथ कम्पायमान भयो । उच्चलोकका देवता, ब्रह्मा आदिबाट उत्पन्न हुने प्रकाशभन्दा पनि अत्यन्त तेजस्वी प्रकाश लोक (दस हजार लोकहरूको समूह) मा फैलियो ।

"अथ खो भगवा इमं उदानं उदानेसि– "अञ्ञासि वत, भो, कोण्डञ्ञो, अञ्ञासि वत, भो, कोण्डञ्ञो"ति! इति हिदं आयस्मतो कोण्डञ्ञस्स 'अञ्ञासिकोण्डञ्ञो' त्वेव नामं अहोसीति ।"

अर्थात् यस्तो घटना हुँदा भगवान्‌को मुखबाट यस्तो उदान (उल्लास चित्तबाट निस्किएको वचन) निस्कियो- 'अरे कौडिण्यले जाने, अरे कौडिण्यले जाने ।' यस प्रकार आयुष्मान् कौडिण्यको नाम ज्ञानी कौडिण्य भयो ।



अध्याय पाँच :

धर्मचक्र प्रर्वतनको चरणबद्ध साधनाविधि

अब तपाईं धर्मचक्र प्रर्वतन (उत्पत्ति, आरम्भ) गर्ने साधनाविधिमा प्रवेश गर्न गइरहनुभएको छ। भगवान् बुद्धद्वारा प्रमाणित, प्रतिपादित र प्रचार गरिएको धर्मचक्र प्रवर्तन साधनाविधिमा प्रवेश गर्न गइरहनुभएको छ। यतिबेला सर्वप्रथम एक साधकको रूपमा तपाईंले यस तथ्यमा स्पष्ट हुन जरुरी छ कि भगवान्ले आर्य अष्टाङ्गमार्गभन्दा बाहेक कुनै निर्वाण साधनाविधि प्रतिपादन वा विकास गर्नुभएको छैन। यही आर्य अष्टाङ्गमार्ग साधनालाई नै विपश्यना, महासतिपट्ठान आदि भनिन्छ। त्यसैले धर्मचक्र प्रवर्तन साधना पनि आर्य अष्टाङ्गमार्ग साधना नै हो। यस अध्यायमा विभिन्न स्थानमा धर्मचक्र प्रवर्तन साधना, धर्मचक्र साधना, आर्य अष्टाङ्गमार्ग साधना, विपश्यना साधना आदि उल्लेख गरिए पनि यी सम्पूर्ण शब्दका आशय एकै हो भने बुझिदिनुहुन हार्दिक अनुरोध छ।

अत्यन्त दुःख छ चित्तशुद्धि वा निर्वाणको साधना

झट्ट सुन्दा चित्त शुद्धि वा चित्तका संवेदनालाई भोग गर्ने स्वभावलाई नाश गर्ने कार्य सरल वा सहज प्रतीत हुन्छ तर चित्तका संवेदनालाई भोग गर्ने स्वभावलाई नष्ट गर्ने कार्य सबैभन्दा दुरुह वा कठिन कार्य हो। अत्यन्त दुरुह भएकाले नै "साधना" शब्द प्रयोग गरिएको हो।

"साधना" शब्दको प्रयोगले नै यो साधारण कार्य होइन भन्ने स्पष्ट गर्दछ। चित्तशुद्धि गर्ने साधना यति दुरुह हुन्छ कि सांसारिक विषयहरूबाट पूर्ण वैराग्य प्राप्त भगवान्लाई पनि सिद्ध गर्न झण्डै ६ वर्षको पूर्णकालीन साधना गर्नुपरेको थियो। करोडौंमा साधकमा एकदुई जना गम्भीर



साधकले मात्र यस्तो चित्त शुद्धिको स्थिति प्राप्त गर्न सक्छन् भन्ने कुरा विभिन्न शास्त्रमा व्याख्या गरिएकाले पनि चित्तको संस्कार नाश गर्ने साधना कति दुरुह साधना हो भन्ने स्पष्ट हुन्छ।

अब तपाईं असाधारण साधनामा प्रवेश गर्न गइरहनु भएको छ। अर्थात् करोडौंमा एकदुई जना गम्भीर साधक (महापुरुष) ले मात्र सिद्ध गर्न सकेका साधनामा प्रवेश गर्न गइरहनुभएको छ। यस्तो स्थितिमा तपाईंका मनमा प्रश्न उठ्न सक्दछ कि आखिर निर्वाण प्राप्त गर्न किन यति कठिन छ ? वा किन संसारमा (एकदुई बाहेक) अन्य सम्पूर्ण साधक निर्वाण साधनामा असफल हुन पुगेका छन् ? उत्तर हो यसका धेरै कारण छन्। तीमध्ये एउटा हो साधकमा साधनाको सैद्धान्तिक पक्षप्रतिको अज्ञानता वा अस्पष्टता।

वर्तमान समयमा पनि निर्वाण साधना भन्ने बित्तिकै साधनाको सैद्धान्तिक पक्षप्रति प्रष्ट नभई आसन ग्रहण गरिहाल्ने, आँखा चिम्लीहाल्ने, ध्यान साधनामा प्रवेश गरिहाल्ने, साधनामा अलिकति शान्ति र आनन्दका अनुभूति प्राप्त हुने बित्तिकै खुसी, आनन्दित भइहाल्ने, रमाइहाल्ने, फुर्किहाल्ने प्रवृत्ति देखिएका छन्। निर्वाण साधना अत्यन्त सूक्ष्म र गहन साधना हो। यस्तो सूक्ष्म र गहन साधना लहडीपन वा अपरिपक्वताले सिद्ध हुन सक्दैन। तसर्थ निर्वाण साधनामा प्रवेश गर्नुपूर्व साधकले साधनाको सैद्धान्तिक पक्षप्रति पूर्णरूपमा स्पष्ट हुनु जरुरी हुन्छ। यदि तपाईं साधनाको सैद्धान्तिक पक्षसँग परिचित नभई निर्वाण जस्तो सूक्ष्म साधनामा प्रवेश गर्नुहुन्छ भने तपाईंले साधनालाई विधिपूर्वक सम्पादन गर्न सक्नुहुन्न र साधनाबाट च्यूत हुन पुग्नुहुन्छ।

यसैले तपाईं भगवान् बुद्धद्वारा प्रतिपादन आर्य अष्टाङ्गमार्ग साधना वा धर्मचक्र साधनालाई स्पष्टसँग बुझेर विधिपूर्वक साधनामा उतार्न सक्षम हुनुहोस् भन्ने ध्येयले यहाँ साधनाको सैद्धान्तिक पक्षलाई व्याख्या गर्ने प्रयास गरिएको छ। यसक्रममा साधकलाई सजिलो होस् भन्ने हेतुले तलका प्रश्नहरूमाथि पुनरावलोकन गरिएको छ।

- धर्मचक्र साधनाको लक्ष्य के हो ?
- चित्तमा संस्कारहरू कसरी उत्पन्न हुन्छन् ?

- चार सत्य र चार आर्य सत्यका बाह्र आवृतिहरू केके हुन् ?
- आर्य अष्टाङ्गमार्ग भनेको के हो ?
- धम्म वा प्रकृतिका छ वटा शाश्वत नियमहरू केके हुन् ?
- धर्मचक्र साधनाले कसरी निर्वाण प्रदान गर्दछ ?

अब आउनुस् यिनीहरूलाई एकएक गरी केलाउने प्रयास गरौँ

धर्मचक्र प्रवर्तन साधनाको लक्ष्य के हो ?

अत्यन्त सरल भाषामा भन्नुपर्दा धर्मचक्र साधनाको लक्ष्य इन्द्रिय र विषयको मिलनबाट देह र चित्तको क्षेत्रमा उत्पन्न हुने सुखद वा दुखद संवेदनालाई भोग गर्ने तपाईंको चित्तको स्वभाव (जसलाई विकार, संस्कार, बन्धन, कर्मबन्धन, कर्म बीज, पाप, क्लेश आदि नाम दिइएको छ) लाई नाश गर्नु हो। चित्तको संस्कार भन्नाले चित्तमा छिपेको कुनै पनि विकार वस्तुहरू वा पदार्थ नभई चित्तको संवेदनालाई भोग गर्ने स्वभावलाई नाश गर्नु हो भनेर बुझ्नुपर्ने हुन्छ।

चित्तका विकारहरूका कारण तपाईंको जीवनमा दुःखको जन्म हुन्छ र प्रतिपल दुःखी, व्याकुल, निराश भइरहनुहुन्छ। जब तपाईं चित्तका विकारलाई नाश गर्नुहुन्छ तपाईं दुःखलाई पनि नाश गर्न सफल हुनुहुन्छ। त्यसैले यस साधनाको लक्ष्य दुःखनाश हो भन्ने आफैँ प्रष्ट हुन्छ। चित्तका विकारहरूकै कारण तपाईं निर्वाण प्राप्त गर्न असमर्थ हुनुहुन्छ, इन्द्रियातीत जीवनको अनुभूति प्राप्त गर्न असमर्थ हुनुहुन्छ। जब तपाईं चित्तका विकारलाई पूर्णरूपमा नाश गरी चित्त शुद्धिको स्थिति प्राप्त गर्नुहुन्छ, तपाईंले निर्वाण प्राप्त गर्नुहुन्छ। यस अर्थमा यस साधनाको लक्ष्य निर्वाण प्राप्त गर्नु पनि हो। सारांशमा भन्नुपर्दा धर्मचक्र साधनाको लक्ष्य चित्तको विकार (संवेदना भोग गर्ने स्वभाव) लाई नाश गर्दै निर्वाण प्राप्त गर्नु हो।

चित्तमा संस्कार (संवेदनाहरू भोग गर्ने स्वभाव) कसरी उत्पन्न हुन्छन् ?

यदि धर्मचक्र प्रवर्तन साधनाको लक्ष्य चित्तका संस्कार (संवेदना भोग गर्ने स्वभाव) लाई नाश गर्नु हो भने साधकको रूपमा सर्वप्रथम तपाईंले आफ्नै जीवनमा कसरी संस्कारहरू उत्पन्न हुन्छन् ?, कसरी चित्तका यी संस्कार विस्तार वा शक्तिशाली हुन्छन् ?, कसरी यी संस्कार झन्झन्

विस्तार भएर तपाईंको स्वभाव, गुण, प्रकृति आदि बन्न पुग्छन् ?, कसरी यी संस्कार, तपाईंमा बारम्बार विचार वा कर्मका रूपमा प्रकट हुन्छन् ? आदि प्रश्नहरूप्रति स्पष्ट हुन अत्यावश्यक हुन्छ।

चित्तमा संस्कार (संवेदना भोग गर्ने स्वभाव) उत्पत्तिको प्रक्रियालाई नबुझी तपाईं निर्वाण उत्पत्तिको रहश्यलाई बुझ्न सक्नुहुने छैन। त्यसैले तपाईंले सर्वप्रथम चित्तमा कसरी संस्कार उत्पन्न हुन्छ भन्ने तथ्यप्रति नै स्पष्ट हुनुपर्ने हुन्छ। चित्तमा कसरी संस्कार (संवेदना भोग गर्ने स्वभाव) उत्पन्न हुन्छन् भन्ने तथ्यलाई बुझ्न सर्वप्रथम तपाईंले आफ्नै जीवनको संरचना र जीवनमा धम्मका शाश्वत नियमहरूका कारण स्वतः सञ्चालन भइरहेका जीवन्त जीवनप्रक्रियासँग परिचित हुन पनि उत्तिकै आवश्यक हुन्छ। यहाँनेर के प्रश्न उठ्छ भने आखिर मानिसको जीवनसत्ता र जीवनसत्ताभित्र स्वत क्रियाशील हुने जीवन्त जीवन प्रक्रिया कस्तो छ ?

भगवान् बुद्धका मतानुसार तपाईंको जीवनसत्ता रूप (काय, देह) र नाम (चित्त) को संयोजनबाट निर्मित भएको छ। यस जीवनसत्तामा धम्मका छ वटा शाश्वत नियम पनि समानान्तररूपमा क्रियाशील छन्। निर्वाणका गम्भीर साधकका लागि धम्मका यी शाश्वत नियमका व्याख्या परिशिष्टमा राखिएको छ।

तपाईंको जीवनका दुई क्षेत्रमध्ये देह क्षेत्रमा पाँच इन्द्रिय (मनसहित छ इन्द्रिय) छन्। यी ६ इन्द्रियका विषय असङ्ख्य छन्। त्यस्तै तपाईंको जुन चित्त क्षेत्र छ त्यस क्षेत्रमा चार भाग वा खण्डहरू छन्, जसलाई विज्ञान, संज्ञा, वेदना र संस्कार भनिन्छ। जब तपाईंका छ इन्द्रिय र विषयका बीचमा कारणवश मिलन हुन्छ, तपाईंको चित्तको प्रथम (विज्ञान) खण्डले तपाईंलाई इन्द्रिय र विषय (रूप, रस, शब्द, स्पर्श, गन्ध आदि) सँग मिलन भएको जानकारी दिन्छ।

जब यो जानकारी प्राप्त हुन्छ, तपाईंको चित्तको दोस्रो खण्ड (संज्ञा) तत्क्षण सक्रिय हुनपुग्छ। चित्तको यस दोस्रो खण्डले तपाईंको पूर्व अनुभवको आधारमा ती विषय (रूप, रस, शब्द आदि) लाई राम्रो-नराम्रो, प्रशंसा-गाली, मीठो- नमीठो आदिमा विभाजन गरिदिन्छ।

जब यसरी विषयहरू दुई भागमा विभाजित हुन्छन् त्यो क्षणमा चित्तको तेस्रो खण्ड (वेदना) तत्क्षण सक्रिय हुन थाल्छ र तपाईंमा सुखद अनुभूति (संवेदना) र दुःखद अनुभूति (संवेदना) उत्पन्न हुन थाल्छ।

जब यसरी तपाईंको देह र चित्तको क्षेत्रमा सुखद वा दुखद संवेदना उत्पन्न हुन्छन् त्यो क्षणमा तपाईंको चित्तको चौथो खण्ड संस्कार (संवेदनालाई भोग्ने पूर्व स्वभाव) सक्रिय हुन थाल्छ र तपाईंको चित्तले पूर्व संस्कारअनुरूप संवेदना सुखद भए खुसी, दुखद भए दुःखी भएर प्रतिक्रिया दिन थाल्छ। अनि यही क्षणमा तपाईंमा छिपेका धम्म (प्रकृति) को **संस्कारबीज सङ्ग्रहको शाश्वत नियमले** चित्तको स्वभाव (संस्कार) लाई सुरक्षित राखिदिन्छ। अर्थात् संस्कारबीजको रूपमा सङ्ग्रह गरिदिन्छ।

जब तपाईं बारम्बार विषयमा प्रवेश गरी संवेदनाहरूलाई भोगिरहनुहुन्छ, त्यो स्थितिमा **धम्मको संस्कार वा बीज विस्तारको शाश्वत नियमले** तपाईंको संस्कारलाई झन्झन् विस्तार वा शक्तिशाली बनाउँदै ती संस्कारलाई तपाईंका स्वभावमा परिणत गरिदिन्छ। जब संस्कारहरू शक्तिशाली भई तपाईंको गुण वा स्वभावमा परिणत हुन्छ तब **धम्मको संस्कार वा गुण प्रकटीकरणको शाश्वत नियम**का कारण तपाईंका मूल गुण स्वतः प्रकट हुँदै जान्छ र तपाईंमा आफ्नै गुण अनुसारको विचार, कर्म आदि घटित हुन थाल्छ।

अनि यही क्षणमा तपाईंको **संस्कार वा गुण आकर्षणको शाश्वत नियम**का कारण तपाईंको जस्तो गुण वा प्रकृति छ तपाईं त्यस्तै विषय वा व्यक्तितर्फ आर्कीषित हुन थाल्नुहुन्छ जसका कारण तपाईंका गुण, स्वभाव, धर्म आदि झन्झन् विस्तार तथा शक्तिशाली हुँदै जान्छन्। यही क्षणमा **धम्मको प्रतित्यसमुत्पाद वा कारण-कार्यको शाश्वत नियमले** तपाईंमा क्रियाशील हुन पुगी तपाईंमा दुःखचक्र, लोकचक्र, भवचक्र उत्पन्न गर्दछ। प्रतित्यसमुत्पादको नियमले संस्कारबीज प्राप्त गरेपछि कसरी तपाईंमा यी अनेक चक्र उत्पन्न गर्दछ ? भन्ने प्रश्नको व्याख्या दोस्रो अध्यायमा गरिसकिएको छ। यसरी तपाईंमा धम्मका शाश्वत नियमहरूको संयोजनमा संस्कार उत्पत्ति विस्तार आदिको सतत चक्र चलिरहेको छ।



धर्मचक्र प्रवर्तन भन्नु नै माथि व्याख्या गरिएको जीवन प्रक्रिया, जुन जन्म-जन्मान्तरदेखि तपाईंमा संस्कारहरू उत्पत्ति, विस्तार आदिको चक्र उत्पन्न भइरहेको छ, यही चक्र वा प्रक्रियालाई आर्य अष्टाङ्गमार्गका आठ साधनाद्वारा हस्तक्षेप गरी धर्मचक्र वा निर्वाणचक्र उत्पन्न गर्नु हो ।

चार आर्य सत्य र तिनका बाह्र आवृत्तिप्रति स्पष्ट हुनुहोस्

जब धर्मचक्र वा आर्य अष्टाङ्गमार्ग साधनाको चर्चा चल्छ, चार सत्य र चार आर्य सत्य पनि सँगै जोडिएर आउँछ । जब चार सत्य, चार आर्य सत्य, चार सत्यका बाह्र आवृति आदि शब्द आउँछन् त्यो क्षणमा प्रायः साधक अलमलिन्छन् । चार सत्य, चार आर्य सत्य, चार आर्य सत्यका बाह्र आवृत्तिको व्याख्या चौथो अध्यायमा गरिसकिएको छ ।

धर्मचक्र साधना प्रवेशको यस क्षणमा तपाईंले चार सत्य, आर्य अष्टाङ्गमार्ग साधनाको सैद्धान्तिक आधार हो भन्ने तथ्य र धर्मचक्र साधनामा यिनै चार सत्यलाई आर्य अष्टाङ्गमार्गद्वारा साधनामा उतारिन्छ भन्ने तथ्यप्रति स्पष्ट हुन अत्यावश्यक हुन्छ । साथै तपाईंले आफ्नै दुःखका कारण (दुःख समुदय सत्य) लाई आर्य अष्टाङ्गमार्ग (मार्ग सत्य) द्वारा नाश गरी दुःख (दुःख सत्य) को नाश र निर्वाण (निरोध सत्य) को प्राप्तिका लागि नै यस साधनामा प्रवेश गर्न गइरहनुभएको छ भन्ने तथ्यप्रति पनि स्पष्ट हुन आवश्यक छ । तपाईं कुनै अमुक आत्मा, परमात्मा, परमधाम, परमात्मा दर्शन, दिव्यलोक दर्शन जस्ता अप्रमाणित विषय प्राप्त गर्न गइरहनुभएको छैन । तपाईं आफ्नै चित्तका संस्कार (संवेदना भोग गर्ने स्वभाव) नाश गर्ने साधनामा प्रवेश गर्न गइरहनुभएको छ भन्ने तथ्यप्रति स्पष्ट हुन अत्यन्त आवश्यक छ ।

साधनामा प्रवेश गर्नुपूर्व आर्य अष्टाङ्ग मार्गप्रति पनि पुनः स्पष्ट हुनुहोस् ।

आर्य अष्टाङ्गमार्ग वा धर्मचक्र साधनाको चर्चा गर्दा अधिकांश साधक आर्य अष्टाङ्ग वा विपश्यनालाई ध्यान साधनामात्र हो भनेर बुझ्ने गरेको पाइन्छ । विपश्यना साधनामा आठ साधना छन्, विपश्यना साधनामा यी आठ साधनाहरूलाई साधकले साधनामा उतार्नुपर्छ भन्ने तथ्यलाई बिर्सने गरेको देखिन्छ । त्यस्तै अधिकांश साधक साधनाको शीलपक्ष (शील साधना) प्रति पनि उदासीन देखिन्छन् ।

आर्य अष्टाङ्गमार्गका आठ साधनाका व्याख्या चौथो अध्यायमा गरिसकिएको छ। त्यसैले आर्य अष्टाङ्गमार्गका शील साधना (सम्यक कर्म, सम्यक वाणी, सम्यक आजीविका, समाधि, (सम्यक स्मृति, सम्यक व्यायाम, सम्यक समाधि) प्रज्ञा (सम्यक सङ्कल्प, सम्यक दृष्टि) सँग पुनः परिचित हुनुहोस् ।

धम्मका शाश्वत नियमहरू चौवीसै घण्टा क्रियाशील रहने भएकाले दिनमा एकदुई घण्टामात्र साधना गरेर निर्वाण प्राप्त गर्न सम्भव हुन्न भन्ने तथ्यप्रति सचेत हुनुहोस्। त्यसैले सम्यक कर्म, सम्यक वाणी, सम्यक आजीविका जस्ता साधनाका गहन मर्मलाई पुन स्मरण गर्नुहोस्। विपश्यना साधनालाई विधिपूर्वक साधनामा उतार्न तपाईं कर्म, वाणी, आजिविकाका सम्पूर्ण क्षणहरूमा सतत न राग न द्वेषको स्थितिमा रहनुपर्छ, चौवीसै घण्टा साधनारत रहनुपर्छ भन्ने तथ्यलाई नबिर्सनुहोस्।

धम्मका छवटा शाश्वत नियमसँग परिचित हुनुहोस्

तपाईंको जीवनमा धर्मका छ वटा शाश्वत नियम क्रियाशील छन्। तपाईंको जीवनमा बन्धन र निर्वाणको केन्द्रमा धम्मका यिनै शाश्वत नियम मूल कारण रहेका छन्। धम्मका शाश्वत नियमसँग परिचित नभई तपाईं बन्धन र निर्वाणको रहश्यलाई बुझ्न सक्नुहुने छैन। त्यसैले भगवान् बुद्धले पहिल्याउनुभएको धम्मका छवटा शाश्वत नियमसँग परिचित हुनुहोस्। धम्मका शाश्वत नियमको व्याख्या परिशिष्टमा राखिएको छ।

धर्मचक्र साधना प्रवेशको यस प्रारम्भिक चरणमा यो साधनाले धम्म शाश्वत नियमहरूका सहयोगमा कसरी तपाईंको जीवनमा धर्मचक्र उत्पन्न गरी निर्वाण प्रदान गर्दछ भन्ने तथ्यप्रति पनि स्पष्ट हुनुहोस्। हाल अधिकांश साधक कसरी साधनाले निर्वाण प्रदान गर्दछ भन्ने तथ्यलाई बुझ्न असमर्थ रहेका पाइन्छन्। तपाईं धम्मका छ शाश्वत नियमले उत्पन्न र सञ्चालन गर्ने निर्वाणचक्र प्रति स्पष्ट हुनुहोस्।







अध्याय ६

धर्मचक्र प्रवर्तनको चरणबद्ध साधनाविधि

यहाँसम्म आइपुग्दा तपाईंले धर्मचक्र वा विपश्यना साधनाको लक्ष्य के हो ? चार आर्य सत्य के हो ? आर्य अष्टाङ्गमार्ग के हो ? धम्मका छ वटा शाश्वत नियम केके हुन् ? आर्य अष्टाङ्गमार्ग साधनाले कसरी निर्वाण प्रदान गर्दछ ? जस्ता महत्वपूर्ण प्रश्नका सैद्धान्तिकपक्षको जानकारी वा ज्ञान प्राप्त गरिसक्नुभएको छ। अब तपाईं साधनाको यही सैद्धान्तिक ज्ञानलाई साधनामा उतार्न गइरहनुभएको छ। त्यसैले आउनुहोस् अब त्यसलाई व्यवहारमा उतार्ने साधनामा प्रवेश गरौं।

६.१. आसन ग्रहण

साधनालाई अघि बढाउन सर्वप्रथम आसन ग्रहण गर्नुहोस्। लामो अभ्यासका कारण तपाईंको मनको स्वभाव यस्तो भइसकेको छ यो मन कि भविष्यका स्मृति (विषय) कि वर्तमानका विषय कि भविष्यका कल्पना (विषय) मा विचरण गर्न रुचाउँछ। यसरी विषयहरूमा विचरण गरिरहने मन वा चित्तको स्वभावलाई हस्तक्षेप नगर्ने हो भने तपाईंको चित्तमा नयाँ संस्कार उत्पत्ति र पुराना संस्कार विस्तार भइरहन्छ। यस्तो स्थितिमा तपाईं निर्वाण लक्ष्यबाट टाढा गइरहनुहुन्छ।

त्यसैले धर्मचक्र साधनाको प्रारम्भिक चरणमा चित्तको यस्तो चञ्चल स्वभावलाई नष्ट गरी धर्मचक्र उत्पन्न गर्न मनको चञ्चल र बहिर्मुखी स्वभावमाथि हस्तक्षेप गरिन्छ। संवेदनाहरूप्रतिको राग र द्वेषका कारण विभिन्न विषयमा विचरण गरिरहने चित्तको स्वभावलाई परिवर्तन

गर्नका लागि चित्तलाई श्वासप्रश्वासमा जागरुक रहन प्रशिक्षण दिइन्छ। मनलाई प्राकृतिकरूपमा आइरहेको र गइरहेको श्वासप्रश्वसप्रति जागरुक र पूर्णशुद्धरूपमा अवलोकन गर्न सिकाइन्छ, जसलाई आनापानसति भनिन्छ।

आनापानसति साधनामा बाह्य व्यवधान वा कोलाहल आदि सिर्जना नहोस्, साधनाको लय वा गति खण्डित नहोस्, साधनाले सहजरूपले गहिराइमा प्रवेश पाओस् भन्ने उद्देश्यले अरण्य (वन) मा वृक्षको तल वा कुनै शान्त स्थल जस्तै सून्यागर (ध्यानकक्ष), नदी किनार, पूजाकोठा आदि स्थान छान्नुहोस्। जब साधनाका लागि अनुकुल स्थान प्राप्त गर्नुहुन्छ तब आसनमा बस्नुहोस्।

६.२. पञ्चशील ग्रहण गर्नुहोस्

शील साधना मूलतः सदाचार साधना हो। शील साधनाको मुख्य ध्येय बाह्यरूपमै त्यस्ता निच कर्मलाई त्याग गर्नु हो, जुन कर्मले तपाईंका जीवनमा निकृष्ट संस्कारलाई प्रवेश गराउँछ। शील साधनाको दोस्रो उद्देश्य समाधि साधना र प्रज्ञा साधनालाई पुष्ट गर्नु हो। जुन क्षणसम्म तपाईं बाह्यरूपमै निच कर्मलाई त्याग गर्नुहुन्न अर्थात् जतिबेलासम्म तपाईं निच सांसारिक कर्महरूप्रति आकर्षित भइरहनु हुन्छ तबसम्म तपाईंको ध्यान साधनाले लय समात्न सक्दैन।

त्यस्तै जबसम्म तपाईंको ध्यान साधनाले लय समात्न सक्दैन तबसम्म तपाईंको समाधि साधना पुष्ट हुन सक्दैन। त्यसैगरी जबसम्म तपाईंको समाधि साधना पुष्ट हुँदैन तबसम्म तपाईंमा प्रज्ञा (संवेदना उदय र व्ययका कारण प्राप्त हुने आन्तरिक रूपान्तरणको प्रामाणिक ज्ञान) उत्पन्नै हुँदैन।

यस्तो स्थितिमा तपाईं वर्षौं त के कल्पौंसम्म साधनारत रहे पनि साधनामा असफल हुन पुग्नुहुन्छ। त्यस्तै जब तपाईं शील साधनालाई बारम्बार भङ्ग गर्नुहुन्छ तब तपाईंको सङ्कल्प शक्ति क्षय हुन पुगी ग्लानीले भरिन पुग्नुहुन्छ। जब तपाईंमा सङ्कल्प शक्ति कमजोर हुन्छ तब निर्वाण जस्तो दुरुह साधना सफल हुनै सक्दैन।





त्यसैले धर्मचक्र साधनाको प्रारम्भिक चरणमा तपाईंले पञ्चशील ग्रहण गर्नुपर्ने हुन्छ। अर्थात् हिंसा नगर्ने, चोरी नगर्ने, व्यभिचार नगर्ने, झुठ नबोल्ने र मादक पदार्थ सेवन नगर्ने कर्महरूप्रति सङ्कल्प लिनुपर्ने हुन्छ।

जब तपाईं बुद्धसाहित्यलाई अध्ययन गर्नुहुन्छ तपाईं देख्नुहुन्छ कि जतिजति साधकले साधनामा प्रगति गर्दै जान्छ त्यतित्यति शीलहरू पनि थपिँदै जान्छन्। यसैले गर्दा बुद्धसाहित्यमा आठ शील, दस शील आदि उल्लेख गरिएको पाइन्छ। भगवान् बुद्धले भिक्षुहरूलाई २२७ शील र भिक्षुणीहरूलाई ३११ अनुशासन वा शीलका नियम प्रदान गर्नुभएको कुरा विनय पिटकमा उल्लेख गरिएको छ। भगवान्ले नै साधक साधिकालाई यति धेरै शीलका नियम प्रदान गर्नुभएकाले निर्वाण साधनामा शील साधनाको कति बढी महत्व छ भन्ने कुरा आफैँ प्रष्ट हुन आउँछ। स्पष्ट छ- जबसम्म तपाईं शील र सदाचारलाई जीवनमा उतार्न असमर्थ रहनुहुन्छ अर्थात् जबसम्म तपाईं अनियन्त्रितरूपमा निकृष्ट सांसारिक कर्महरूमा विचरण गर्नुहुन्न त्यो क्षणसम्म तपाईंमा धर्मचक्र उत्पत्ति हुनै सक्दैन, तपाईं साधनामा सफल हुनै सक्नुहुन्न। त्यसैले सर्वप्रथम पञ्चशीललाई ग्रहण गर्नुहोस्। भगवान्ले निषेध गर्नुभएका कर्महरू नगर्ने प्रतिज्ञा गर्नुहोस्। पञ्चशील ग्रहणपश्चात् तपाईं प्रत्यक्ष धर्मचक्र साधनामा प्रवेश गरीरहनुभएको छ भने तथ्यप्रति स्पष्ट हुनुहोस्।

शील साधनाको चर्चा गर्दा यदि तपाईं निर्वाण साधनाको गम्भीर साधक हुनुहुन्छ भने तपाईं सम्यक कर्म, सम्यक वाणी, सम्यक आजिविकामा छिपेका मर्मप्रति उदासीन रहन सक्नुहुन्न। तसर्थ जब बिहानबेलुका एकएक घण्टा गरिने साधनालाई समाप्त गर्नुहुन्छ, तत्पश्चात् पनि कर्म, वाणी र आजिविका सम्पूर्ण क्षणमा साधनारत रहने प्रयास गर्नुहोस्। निर्वाण प्राप्त गर्ने असाधारण साधकले कर्म, वाणी र आजिवकाका सम्पूर्ण क्षणमा सम्यक वा न राग न द्वेषको स्थितिमा रहन सकेकाले नै त्यस्तो अवस्था प्राप्त गर्न सकेका हुन् भन्ने तथ्यप्रति स्पष्ट हुनुहोस्।

पञ्चशील ग्रहण धर्मचक्र साधनाको प्रथम कदम हो। यस क्षणबाट नै तपाईं आर्य अष्टाङ्गमार्ग साधनाका आठ साधनामध्ये तीन साधना (सम्यक कर्म, सम्यक वाणी, सम्यक आजिविका) जीवनमा उतार्न

थालिसक्नुभएको छ भन्ने तथ्यप्रति पनि सचेत हुनुहोस् । आफूले धम्मका शाश्वत नियमहरूमा साधनाका संस्कारबीज छर्न थालेको छु भन्ने तथ्य बोध गर्नुहोस् । पञ्चशील ग्रहणपश्चात् धर्मचक्र साधनाको प्रारम्भमा आसन ग्रहण गरिन्छ । त्यसैले आसन ग्रहणका लागि तयारी गर्नुहोस् ।

६.३. आनापानसति

अब तपाईं आनापानसति साधनाको तयारी गर्नुहोस् । यस क्रममा जब तपाईं आसन ग्रहण गर्नुहुन्छ, तत्पश्चात् आनापानसति साधना प्रारम्भ गर्नुहुन्छ ।

आर्य अष्टाङ्गमार्गको समाधि साधनामा सम्यक स्मृति, सम्यक व्यायाम, सम्यक समाधि आदि साधना पर्छन् । आनापानसति साधनापश्चात् तपाईं आर्य अष्टाङ्गमार्गको समाधि क्षेत्रको साधनामा प्रवेश गर्न गइरहनुभएको छ । यसरी तपाईं आर्य अष्टाङ्गमार्गका शील साधना, समाधि साधनामा प्रवेश गरिरहनुभएको छ । त्यसैले आनापानसति साधना प्रारम्भ गर्नुहोस् ।

आनापानसति साधनाको अर्थ हो प्राकृतिकरूपमा आइरहेको र गइरहेको श्वासप्रश्वास प्रक्रियालाई शुद्धरूपमा अवलोकन गर्नु । त्यसैले ध्यानलाई प्राकृतिकरूपमा प्रवाहित श्वासप्रश्वासमा केन्द्रित गर्नुहोस् । तत्पश्चात् प्राकृतिकरूपमा प्रवाहित श्वासप्रश्वासको गतिलाई यथाभूतरूपमा जान्नुहोस् । लामो श्वास लिँदा राम्रोसँग जान्नुहोस् कि लामो श्वास लिइरहेको छु । लामो श्वास छोड्दा राम्रोसँग जान्नुहोस् कि लामो श्वास छोडिरहेको छु । छोटो श्वास लिदाँ राम्रोसँग जान्नुहोस् कि छोटो श्वास लिइरहेको छु । छोटो श्वास छोड्दा राम्रोसँग जान्नुहोस् कि छोटो श्वास छोडिरहेको छु ।

जब तपाईं प्राकृतिकरूपमा सतत प्रवाहित श्वासप्रश्वासलाई यथाभूतरूपमा वा विना कुनै रागपूर्ण र द्वेषपूर्ण प्रतिक्रिया अवलोकन गर्नुहुन्छ, तपाईंमा छिपेका धम्मका शाश्वत नियमहरूले तपाईंको जागरुकताको साधनाबीजलाई विस्तार गर्न थाल्छन्, जसका कारण भूतकालका स्मृतिहरू, वर्तमानकालका विषयहरू र भविष्यका कल्पनाहरूमा बेहोश-



भएर डुलिरहने तपाईंको मनको बहिर्मुखी स्वभाव शनैःशनैः नाश हुन थाल्छ। आनापानसति वा श्वासप्रश्वासप्रतिको जागरुकताका क्षणहरूमा तपाईंमा संस्कार (संवेदना भोग गर्ने स्वभाव) पनि निर्माण नहुने भएकाले तपाईंमा नयाँ संस्कार उत्पन्न हुने, पूर्व संस्कारहरू विस्तार हुने आदि प्रक्रिया पनि ह्रास हुन थाल्छ। यसरी तपाईं चित्तको संस्कार (संवेदना भोग गर्ने स्वभाव) लाई परिवर्तन गर्न प्रारम्भ गर्नुहुन्छ, आफैँमा धर्मचक्र उत्पन्न गर्न प्रारम्भ गर्नहुन्छ, दुख विनाश र निर्वाणप्राप्तिको क्षेत्रमा पाइला चाल्नुहुन्छ।

आनापानसति साधनाको गहिराइलाई बुझ्नुहोस्

जब तपाईं अझै गहिरिएर आनापानसतिलाई अवलोकन गर्नुहुन्छ तपाईं देख्नुहुनेछ कि प्रज्ञापक्ष (संवेदनाका उदय र व्ययका बोध) अनुपस्थित रहे पनि श्वासप्रश्वासमाथि गरिने यो ध्यान साधना स्वयंमा एक गहन साधना हो। आनापानसति साधनाकै कारण सातौं, आठौं ध्यानको स्थिति प्राप्त गर्नुभएका भगवान् बुद्धका गुरु आलार कालम र उद्धक रामपुत्तले मृत्युपश्चात् अरूप ब्रम्हलोक प्राप्त गर्नुभएबाट पनि आनापानसति साधना कति गहन साधना हो भन्ने स्पष्ट हुन्छ। भगवान् बुद्ध यही आनापानसतिको अभ्यासबाट प्राप्त गर्नुभएको चित्तको उच्च जागरुकता र सूक्ष्मताकै कारण मध्यमार्गी आर्य अष्टाङ्ग साधनाविधिको मार्ग पहिल्याउन सफल हुनुभएको थियो।

तपाईं चित्त शुद्धि वा निर्वाणको जुन लक्ष्य लिएर आर्य अष्टाङ्गमार्ग साधनामा प्रवेश गर्नुभएको छ त्यस साधनाको मूल लक्ष्य निर्वाण प्राप्त गर्न आनापानसतिको कति महत्व छ भन्ने तथ्यलाई तल दिइएका बुँदाहरूबाट पनि बुझ्न सकिन्छ। त्यसैले ती बुँदाहरूप्रति स्पष्ट हुनुहोस्।

१. धर्मचक्र प्रवर्तन वा आर्य अष्टाङ्ग साधना भनेकै चित्तको संवेदनाहरूलाई भोग गर्ने स्वभावलाई नाश गर्नु हो। चित्तलाई सुखद र दुःखद संवेदनाहरूप्रति समभावी बन्न प्रशिक्षण दिनु हो। जबसम्म तपाईं संवेदनाहरूमाथि साधना गरी चित्तमा संवेदनालाई भोग नगर्ने स्वभाव विकास गर्न सक्नुहुन्न तबसम्म तपाईंले निर्वाण साधनाका नाममा जेजस्ता साधना गरे पनि निर्वाण लक्ष्य प्राप्त गर्न सक्नुहुन्न।

संवेदनाहरूमाथि साधना गर्न तपाईंले देहसत्ता (काय र चित्त) मा संवेदना उत्पन्न गर्न सक्नुपर्छ।

जब आनापानसति साधनाका कारण तपाईंको नासिका तलको त्रिकोणात्मक क्षेत्रमा संवेदना उत्पन्न हुन थाल्छन् तत्पश्चात् तपाईं आनापानसति वा श्वासप्रश्वास प्रक्रियालाई आधार बनाएर शिरदेखि पैतलासम्म र पैतलादेखि शिरसम्म संवेदना उत्पन्न गर्दै यिनै संवेदनाप्रति समभावी रहन चित्तलाई प्रशिक्षण दिन प्रारम्भ गर्नुहुन्छ। यसरी विपश्यना साधनाको मूल आधार संवेदनाहरू उत्पन्न गर्न आनापानसति साधनाको महत्वपूर्ण भूमिका छ। आनापानसति साधनाको अनुपस्थितिमा तपाईं सहजरूपमा संवेदनालाई उत्पत्ति गरी आफैँमा धर्मचक्र प्रवर्तन गर्न असमर्थ रहनुहुन्छ।

२. जब तपाईं धर्मचक्र साधना प्रारम्भ गर्नुहुन्छ, जब तपाईं संवेदनाहरू उत्पन्न गर्दै शिरदेखि पैतलासम्म र पैतलादेखि शिरसम्म विपश्यना साधना प्रारम्भ गर्नुहुन्छ त्यो क्षणमा पनि पूर्व संस्कारका कारण साधनाकालमा पनि तपाईंको मन भड्किरहन्छ। यसरी साधनाकालमा भड्किएको मनलाई एकाग्रत बनाई पुनः विपश्यना साधनालाई निरन्तरता दिन तपाईंलाई आनापानसति साधना वा श्वासप्रश्वासकै सहयोग चाहिन्छ। आनापानसति वा श्वासप्रश्वासमाथि गरिने ध्यान नै त्यस्तो विधि हो, जसको सहयोगमा तपाईं साधनाकालमा साधनाबाट भड्किएको चित्तलाई पुनः सहजातापूर्वक फर्काएर साधनामा ल्याउन सक्नुहुन्छ। आनापानसति साधनाको अनुपस्थितिमा तपाईं सहजतापूर्वक साधनाबाट भड्किएको चित्तलाई साधनामा फर्काएर ल्याउन असमर्थ रहनुहुनेछ।

३. जब तपाईं विपश्यना साधना प्रारम्भ गर्नुहुन्छ तब शिरदेखि पैतलासम्म र पैतलादेखि शिरसम्म चक्कर लगाउन थाल्नुहुन्छ। यस्तो अवस्थामा तपाईं कायमा स्थूलता वा जडताको उपस्थिति बोध गर्नुहुन्छ। कायको यस स्थूलता तथा जडता यति स्थूल प्रकृतिको हुन्छ कि तपाईं एकएक इन्च गरेर कायमा कायानुपश्यना साधना गर्न असमर्थ हुन पुग्नुहुन्छ। त्यस क्षणमा तपाईंको साधनाको क्रमबद्धता खण्डित



भइरहन्छ। साधना सही दिशामा प्रवाहित हुन असमर्थ भइरहन्छ। त्यस्तो अवस्थामा साधनाको क्रमबद्धतालाई लय प्रदान गर्न तपाईंले पुनः आनापानसति साधनामा प्रवेश गर्नुपर्छ, श्वासप्रश्वासको लयलाई समात्नुपर्छ।

तपाईंले आनापानसति साधना र विपश्यना (संवेदनामाथि गरिने समभावी) साधनालाई समानान्तररूपमा लैजान सक्नुपर्छ। यस्तो अवस्थामा तपाईंका चित्त सूक्ष्म हुन पुगी कायको स्थूलता वा जडतालाई नष्ट गर्न थाल्छ। अन्ततः तपाईं कायका सम्पूर्ण स्थूलतालाई नष्ट गर्दै कायलाई सूक्ष्म, सूक्ष्मतर, सूक्ष्मतम एकाइमा टुक्र्याउँदै कायको भित्र, बाहिर, सर्वत्र कायानुपश्यना साधना गर्न सक्षम हुनुहुन्छ। आनापानसति वा श्वासप्रश्वासलाई आलम्बन वा आधार नबनाई तपाईं कायको स्थूलता वा जडतालाई नाश गर्न असमर्थ हुनुहुनेछ। यदि तपाईंले कायको जडतालाई नष्ट गर्न सक्नुभएन भने विपश्यना साधनामा कस्तो अवरोध खडा हुन पुग्छ भन्ने कुरा विपश्यना साधनाका अनुभवी साधक परिचित नै हुनुपर्छ।

४. जब तपाईं विपश्यना साधना भन्नुहुन्छ यो साधनाले चित्तको गहिराइ वा अवचेतन क्षेत्रसम्म पुगेर चित्तको संवेदना भोग गर्ने स्वभावलाई नष्ट गर्ने साधनालाई बुझाउँछ। जबसम्म तपाईं चित्तको अन्तिम गहिराइसम्म पुगेर अवचेतन चित्तको संवेदना भोग गर्ने स्वभावलाई नष्ट गर्न असमर्थ रहनुहुन्छ त्यो स्थितिसम्म तपाईं पञ्चस्कन्धको क्षेत्रभित्रै फसिरहनुहुन्छ। तपाईंको अवचेतन मनले संवेदनालाई नै भोगिरहन्छ, संस्कारहरूकै निर्माण र विस्तार गरिरहन्छ।

यस्तो स्थितिमा तपाईं पञ्चस्कन्धको क्षेत्रभन्दा बाहिरको अमृत वा निर्वाणको क्षेत्रमा प्रवेश गर्न असमर्थ रहनुहुन्छ। चित्तको अन्तिम गहिराइसम्म पुगेर संवेदनालाई भोग गर्ने स्वभावलाई नष्ट गर्न तपाईंलाई विपश्यना साधनालाई गहिराइसम्म लैजान एक शक्तिशाली आधारको आवश्यकता पर्छ। यस्तो स्थितिमा आनापानसति साधना त्यो आलम्बन (आधार) हो, जसलाई आधार बनाएर तपाईं संवेदनामाथि समभावी साधना गर्दै अवचेतन वा अत्यन्त गहिराइसम्म

पुगेर चित्तको संवेदना भोग गर्ने स्वभावलाई नष्ट गर्न सक्नुहुन्छ।

५. आनापानसति साधनामा श्वासप्रश्वास प्रक्रियालाई जागरुकतापूर्वक यथाभूतरूपमा दर्शन गर्दा कुनै क्षणमा चित्त यति एकाग्र र सूक्ष्म हुन्छ कि श्वासप्रश्वास अत्यन्त गहिरो क्षेत्रमा प्रवेश गर्दछ। त्यस क्षणमा चित्तमा सङ्गह भएका विकारहरू र निर्मल भएको चित्त एकअर्काको सम्पर्कमा आइपुग्छन्। परिणामस्वरूप दुई विपरीत विद्युतीय ध्रुवबीच विपरीत प्रतिक्रिया भएजस्तै संवेदना भोग गर्ने र नगर्ने दुई विपरीत स्वभावबीच विपरीत प्रतिक्रिया उत्पन्न हुन पुग्दा चित्तका विकार उखेलिन थाल्छन्। सूक्ष्म परिणाममा भए पनि यस क्षणमा चित्त शुद्ध वा निर्मल हुन पुग्छ। स्मरणरहोस चित्तमा सङ्ग्रहित विकारलाई नष्ट गर्ने साधनामा मूल साधना विपश्यना नै साधना हो, विपश्यनाको प्रज्ञा क्षेत्रको साधना नै हो तर आनापानसति साधनाले सूक्ष्म परिणाममा भए पनि चित्तका विकारलाई नष्ट गर्दछ र तपाईलाई निर्वाण लक्ष्यतर्फ बढ्न सहयोग गर्दछ।

६. श्वासप्रश्वास प्रक्रिया र तपाईंको मनका विकारहरू एकअर्कोमा सम्बन्धित हुन्छन्। जब तपाईंमा संस्कारहरू उत्पन्न हुन्छन् तब तपाईंको श्वासप्रश्वासको गति परिवर्तन हुन थाल्छ, तीव्र हुन थाल्छ। उदाहरणका लागि जब तपाईंमा क्रोध उत्पन्न हुन्छ, काम भोगको इच्छा उत्पन्न हुन्छ त्यस क्षणमा तपाईंको श्वासप्रश्वासको गति तीव्र हुन थाल्छ। तपाईंको श्वासप्रश्वास गतिको लयबद्धता नष्ट हुन थाल्छ। जब तपाईं आनापानसति साधनामा प्रवीण हुँदैं जानुहुन्छ वा श्वासप्रश्वासको गति भन्भन् जागरुक हुँदै जानुहुन्छ यस्तो स्थितिमा जब तपाईंको मनमा विकार उत्पन्न हुन्छ, जब विकार उत्पन्न भएका कारण तपाईंको श्वासप्रश्वासको गतिमा परिवर्तन आउन थाल्छ, तपाईं स्वयंमा विकार उत्पन्न भइरहेको छ भन्ने तथ्य सहजै थाहा पाउनुहुन्छ। एक विपश्वी साधकका रूपमा तपाईं यथाभूत लय खण्डित भएको श्वासप्रश्वासको प्रक्रियालाई अवलोकन गर्न प्रारम्भ गर्नुहुन्छ। यसरी चित्तमा उत्पन्न विकारहरूले तपाईंलाई अपहरण गरेर विषयहरूमा प्रवेश गराउनु पूर्व नै तपाईं आनापानसति साधनामा प्रवीण भएकै कारण आफूलाई नियन्त्रणमा लिन समर्थ हुनुहुन्छ, निर्वाण लक्ष्यबाट



च्यूत हुने स्थितिबाट आफूलाई बचाउन सक्नुहुन्छ।

७. संसारमा प्रचलित जति पनि मोक्ष साधनाका विधि छन् ती सबै साधनाविधिका मूल लक्ष्य चित्तलाई आध्यात्मिक लगायत सबै विषयप्रति राग वा द्वेष भावबाट मुक्त गर्नु हो। मोक्ष साधनाको यस लक्ष्यलाई तपाईं (परमात्मा, गुरु, प्रतिमा, ध्वनि, मन्त्र, प्रकाश आदिलाई साधनाको आलम्बन बनाएर कहिल्यै प्राप्त गर्न सक्नुहुन्न।

जब तपाईं यी बाह्य आलम्बनहरूलाई साधनाको आधार बनाउनुहुन्छ, तपाईंमा यी आलम्ब (ईश्वर, गुरु आदि) प्रति राग उत्पन्न हुने सम्भावनाको जन्म हुन्छ। अध्यात्मका यी विषयबाट बन्धन प्राप्त गर्ने सम्भावनाको जन्म हुन्छ। निर्वाण साधनाबाट च्यूत हुने सम्भावनाको जन्म हुन्छ। जब तपाईं श्वासप्रश्वास प्रक्रियालाई साधनाको आधार बनाउनुहुन्छ तब यथाभूतरूपमा श्वासप्रश्वासलाई अवलोकन गर्नुहुन्छ र यस आलम्बन (श्वासप्रश्वास) प्रति तपाईंमा राग, द्वेष, मोह आदि उत्पन्न हुनै सक्दैनन्। फलतः तपाईं साधनाका आलम्बबाटै बन्धन प्राप्त गर्ने स्थितिबाट मुक्त हुन सक्नुहुन्छ।

यसरी आनापानसति साधनाले मनको बहिर्मुखी स्वभाव नाश गरी मनको जागरुकताको विस्तार, विपश्यना साधनाका लागि संवेदनाहरूका उत्पत्ति, साधनाको मनको अवचेतन क्षेत्रसम्ममा प्रवेश, चित्तका विकार नाश, साधनामा राग द्वेष निरत आलम्बन आदि प्रदान गर्दै तपाईंमा धर्मचक्र उत्पत्ति गर्दछ। साधनालाई निर्वाणको लक्ष्यतर्फ बढ्ने पृष्ठभूमि तयार पार्छ। निर्वाण साधनाले समाधान गर्नुपर्ने समस्यालाई पूर्णरूपमा समाधान गर्ने पृष्ठभूमि तयार पार्छ। स्पष्ट छ आनापानसति साधनाको अनुपस्थितिमा विपश्यना साधनाका साधकलाई निर्वाण लक्ष्य प्रदान गर्न असमर्थ रहन्छ।

आनापानसति साधनाको निरन्तरता

अब तपाईं आनापानसति साधनालाई निरन्तरता दिइरहनुहोस्। यस क्रममा आसन ग्रहणपश्चात् जब तपाईं आनापानसति साधना प्रारम्भ गर्नुहुन्छ तब यस साधनालाई ४-५ मिनेटसम्म निरन्तरता दिइरहनुहनुहोस्।

(स्मरणरहोस् विपश्यनाको १० दिवसीय साधना शिविरमा आनापानसति साधना लगातार तीन दिनसम्म गरिन्छ। तत्पश्चात् साधक विपश्यना साधनामा प्रवेश गर्दछ)।

तपाईं जागरुक भएर श्वास लिनुहोस् र जागरुक भएर श्वास छोड्नुहोस् । लामो श्वास आउँदा मात्र लामो श्वास आइरहेको छ भनेर जान्नुहोस् । लामो श्वास जाँदा लामो श्वास गइरहेको छ भनेर यथाभूतरूपमा जान्नुहोस् । छोटो श्वास भित्र आउँदा छोटो श्वास आइरहेको छ भनेर जान्नुहोस् । छोटो श्वास बाहिर जाँदा छोटो श्वास गइरहेको छ भनेर जान्नुहोस् । दाँया नासिकाबाट श्वास आउँदा वा जाँदा दाया नासिकाबाट श्वास आइरहेको छ, गइरहेको छ भनेर राम्रोसँग जान्नुहोस् ।

बायाँ नासिकाबाट श्वास आउँदा वा जाँदा बायाँ नासिकाबाट श्वास आइरहेको छ र गइरहेको छ भनेर जान्नुहोस् । नासिकाबाट तातो वा चिसो श्वास आउँदा वा जाँदा तातो वा चिसो श्वास आइरहेको वा गइरहेको छ भनेर जान्नुहोस् । श्वासप्रश्वासका यी सम्पूर्ण प्रक्रियालाई जस्तो छ त्यस्तैरूपमा अवलोकन गर्नुहोस् । श्वासप्रश्वासका यी स्थितिमा कुनै पनि किसिमको हस्तक्षेप नगर्नुहोस् ।

जब श्वासले लय समात्छ तब श्वासले लय समातिरहेको छ भनेर जान्नुहोस् । जब श्वासको लय नष्ट हुन्छ, त्यो क्षणमा श्वासको लय नष्ट भएको छ भनेर जान्नुहोस् । नदी किनाराका यात्रीले नदीको प्रवाहलाई अवलोकन गरे जस्तै तटस्थ भावले अवलोकन गर्नुहोस् । जब आनापानसतिमा मन चञ्चल भई ध्यान भङ्ग हुन्छ त्यो क्षणमा मेरो साधना भङ्ग भएको छ भनेर यथाभूतरूपमा जान्नुहोस् तर त्यस्तो क्षणमा निराश, व्याकुल आदि नबन्नुहोस् । अपितु चञ्चल मनलाई पुनः श्वासप्रश्वासमा केन्द्रित गराउनुहोस् । श्वासप्रश्वासका सम्पूर्ण स्थितिमा बोधपूर्ण बन्नुहोस् । कुनै प्रतिक्रिया नगरी मात्र बोध गर्नुहोस् ।

आनापानसति साधनालाई निरन्तरता दिइरहनुहोस्

जब तपाईं यसरी श्वासप्रश्वासप्रति जागरुक र समभावी बनिरहनुहुन्छ त्यो क्षणमा धम्मका शाश्वत नियमहरूका कारण तपाईंको चित्तमा

जागरुक, समभाव आदि साधनाबीज सङ्ग्रहित र विस्तारित भइरहेका हुन्छन् । त्यसैले तपाईं बेहोश भई विषयहरूमा डुलिरहने मनको स्वभाव शनैःशनैः क्षय भइरहेको छ भन्ने तथ्यप्रति सचेत हुनुहोस् र आनापानसति साधनालाई निरन्तरता दिइरहनुहोस् ।

जब तपाईं यसरी आनापानसति साधनालाई निरन्तरता दिइरहनुहुन्छ तपाईं पेट, छाती वा कायका अङ्गहरू फुल्दै र खुमचिँदै गएको जस्ता अनुभूति प्राप्त गर्नुहुन्छ। काय र चित्त शान्त हुँदै गएको अनुभूति प्राप्त गर्नुहुन्छ। यतिबेला कायका अनेक भागमा अनेक प्रकार संवेदना (चिलाएझैं, पोलेझैं, शीतल भएझैं आदि) उत्पन्न भइरहेको अनुभूति पनि प्राप्त गर्नुहुन्छ। तर, काय क्षेत्रका यी अनुभूतिप्रति कुनै किसिमको प्रतिक्रिया नजनाउनुहोस्। राम्रो वा नराम्रो भनेर विभाजन नगर्नुहोस्। खुसी र दुखी हुने पनि नगर्नुहोस्। मात्र प्राकृतिकरूपमा आइरहेको र गइरहेको श्वासप्रति साक्षीभावपूर्ण भइरहनुहोस्। धम्म (प्रकृति) का शाश्वत नियमहरूले जब कुनै साधनाबीज प्राप्त गर्दछन् त्यस बीजलाई कसरी सङ्ग्रह गर्दछन्, कसरी विस्तार गर्दछन् आदि तथ्यप्रति स्पष्ट हुनुहोस् ।

संवेदनाहरूका उत्पत्ति

संवेदनाहरू उत्पत्तिको अनुभूति गर्नुहोस्। तपाईं केही समय अर्थात् २-३ मिनेटसम्म आनापानसति साधनालाई यथाभूतरूपमा अवलोकन गर्नुहोस्। त्यसपछि ध्यानलाई नासिकाको तल र ओठमाथिको त्रिकोण क्षेत्रमा केन्द्रित गर्नुहोस् । जब तपाईं नासिका तलको त्रिकोण क्षेत्रमा ध्यानलाई केन्द्रित गर्दै प्राकृतिकरूपमा प्रवाहित श्वासलाई अवलोकन गर्न प्रारम्भ गर्नुहुन्छ, शनैःशनैः तपाईंका नासिका तलको त्रिकोणात्मक क्षेत्रमा अनेक प्रकारका सुखद (चिसो, आनन्द, मधुर प्रवाह आदि) दुखद (चिलाएझैं, पोलेझैं आदि) संवेदना उत्पन्न हुन थाल्छन् । तपाईं सधैं यस तथ्यप्रति होशपूर्ण रहनु होस् कि सुखद वा दुःखद संवेदनालाई भोग गर्ने मनको स्वभावलाई परिवर्तन वा नष्ट गर्न साधनामा प्रवेश गर्नुभएको हो ।

जब नासिकाको त्रिकोण क्षेत्रमा सघनरूपमा संवेदना उत्पन्न हुन प्रारम्भ गर्दछ यसको अर्थ हुन्छ तपाईंको चित्त सूक्ष्म बन्दै गइरहेको छ वा तपाईंको चित्त संवेदनाहरूमाथि साधना गर्न तयार भएको छ। जब तपाईंलाई यस्तो स्थितिको बोध हुन्छ। तपाईं ध्यानलाई शिरको माथिल्लो भाग वा तालुमा केन्द्रित गर्नुहोस्। जब तपाईंले ध्यानलाई यसरी शिरको माथिल्लो भागमा स्थापित गर्नुहुन्छ, छोटो समयमै तपाईं त्रिकोण क्षेत्रमा उत्पन्न भएका संवेदनाझैँ यस क्षेत्रमा पनि सुखद र दुखद संवेदना उत्पन्न भएको अनुभूति प्राप्त गर्नुहुनेछ।

६.४. कायानुपश्यना

पञ्चशील ग्रहण र आनापानसति साधनाको प्रारम्भपश्चात् तपाईंले आर्य अष्टाङ्गमार्गका आठ साधनामध्ये शील साधना समूह र समाधि साधना समूहका छ वटा साधनालाई आफ्नै जीवनमा उतार्न प्रारम्भ गरिसक्नुभएको छ, स्वयम्मा धर्मचक्र उत्पन्न गर्न प्रारम्भ गरिसक्नुभएको छ। अब प्रज्ञा साधना क्षेत्रमा आर्य अष्टाङ्गमार्ग साधनाका बाँकी दुई साधना सम्यक दृष्टि र सम्यक सङ्कल्पलाई आफ्नै जीवनमा उतार्न गइरहनुभएको छ।

यस क्षणमा तपाईंले यस विपश्यना साधना बाहेक संसारमा जति पनि निर्वाण साधनाविधि छन्, ती सम्पूर्ण साधना विधिमा कुनै न कुनै रूपमा शील साधना (इन्द्रिय निग्रह, इन्द्रियको विषय त्याग, अहिंसा, ब्रह्मचर्य आदि) र समाधि साधना -(श्वासप्रश्वास, गुरुप्रतिमा, ईश्वरप्रतिमा, प्रकाश, शब्द आदिलाई आलम्बन बनाएर गरिने ध्यान) उपस्थित छन् तर ती सम्पूर्ण निर्वाण साधनाविधिमा प्रज्ञा क्षेत्रका साधना (सम्यक दृष्टि वा संवेदनाहरूप्रति जागरुक र समभावी साधना) अनुपस्थित छन्, त्यसैले ती सधनाविधि निर्वाण प्रदान गर्न असमर्थ छन् भन्ने तथ्यप्रति पनि स्पष्ट हुन अत्यन्त जरुरी छ। अतः यस तथ्यप्रति पनि स्पष्ट हुनुहोस्।

झण्डै ६ वर्षको साधनापश्चात् पनि भगवान् बुद्धले निर्वाण प्राप्त गर्न असमर्थ हुनुको मुख्य कारण उहाँले प्रयोग गर्नुभएको साधनाहरूमा संवेदनाहरूमाथि सम्यक (न राग न द्वेष) को साधना अनुपस्थित हुनु नै हो

भन्ने तथ्यप्रति पनि स्पष्ट हुनुहोस्। प्राचीनकालदेखि वर्तमान समयसम्म अरबौं साधक साधनामा निर्वाणको क्षेत्र पुग्न असफल हुनु वा एकदुई साधकले मात्र निर्वाणको लक्ष्य प्राप्त गर्न सक्नुको मुख्य कारण पनि ती निर्वाण साधनामा प्रज्ञापक्षका साधना (संवेदनाहरूप्रति गरिने समभावी साधना) अनुपस्थित हुनु नै हो भन्ने तथ्यप्रति पनि स्पष्ट हुनुहोस्।

प्रज्ञा साधना वा संवेदनामाथि समभावी साधनाको अनुपस्थितिमा निर्वाण प्राप्ति असम्भव छ भने एक साधकको रूपमा तपाईंमा के प्रश्न उठ्न सक्छ भने आखिर किन प्रज्ञा साधनाको अनुपस्थितिमा निर्वाण प्राप्ति असम्भव छ ? यस प्रश्नप्रति स्पष्ट हुन तपाईंले निर्वाणको अर्थ संवेदनाहरूप्रति चित्तलाई समभावी बनाउनु वा चित्तको संवेदना भोग गर्ने स्वभावलाई नष्ट गर्नु हो। चित्तको यस संवेदनाहरूलाई भोग गर्ने प्राकृतिक स्वभावलाई नष्ट गर्न यही चित्तलाई संवेदनाहरूप्रति समभावी बन्न प्रशिक्षण दिनुपर्छ भन्ने तथ्य प्रति स्पष्ट बन्नुहोस्। चित्तको यो संवेदना भोग गर्ने स्वभाव शील, सदाचारको जीवन बाँचेर वा कुनै आलम्बनप्रति गहन ध्यान गरेर मात्र नष्ट हुँदैन भन्ने तथ्य प्रति पनि स्पष्ट हुनुहोस्।

प्रज्ञा साधनाको महत्व चित्तलाई संवेदनाहरूप्रति समभावी बनाउनु मात्र नभई यसले चित्तलाई संवेदनाहरूप्रति समभावी स्वभावको विकास गरी तपाईंको शील साधना र समाधि साधनालाई पनि पुष्ट गर्दछ। प्रज्ञा साधनाद्वारा जब तपाईं चित्तका संस्कारहरूलाई नाश गर्दै जानुहुन्छ, चित्तका संस्कारहरूका कारण नै अनेक विषयमा प्रवेश गरिरहने तपाईंको मनको बहिर्मुखी स्वभाव शनैःशनैः नष्ट हुँदै गएर शील पालनाको क्षेत्रमा झन्झन् सफल हुँदै जानुहुन्छ वा तपाईंको शील साधना झन्झन् पुष्ट हुँदै जान्छ।

जसरी प्रज्ञा साधनाका कारण तपाईंको शील साधना पुष्ट हुँदै जान्छ त्यसैगरी प्रज्ञा साधनाद्वारा तपाईंको चित्तका विकारहरू क्षय हुँदै जाँदा तपाईंको समाधि क्षेत्रका साधनाहरू झन्झन् गहिराइमा प्रवेश गर्न थाल्छ। संवेदनाहरूलाई नै आधार बनाउँदै चित्तको अत्यन्त गहनतम् समाधिको क्षेत्रसम्म पुग्न थाल्छ। यसरी प्रज्ञा साधनाले तपाईंको समाधि साधनालाई पनि पुष्ट गर्दछ।

माथि व्याख्या गरिएका महत्वपूर्ण कार्यहरू अर्थात् (संवेदनाहरूप्रति चित्तलाई समभावी बनाउने, शील साधनालाई पुष्ट गर्ने, समाधि साधनालाई पुष्ट गर्ने) बाहेक प्रज्ञा साधनाको अझ गहनतम महत्व अनित्यभावको पुष्टी र अनात्मभावको पुष्टी गर्दै प्रामाणिकरूपमै निर्वाण बोध गर्नु नै हो। प्रश्न उठ्छ कि अनित्यभाव पुष्टी भनेको के हो र अनात्मभाव पुष्टी भनेको के हो ?

जुन क्षणसम्म 'म' वा 'म देह हु' आदि म सँग जोडिएका म र मेरो (मेरो गुरु, मेरो धर्म, मेरो सम्प्रदाय आदि पनि) रूपी अज्ञान नाश हुँदैनन् त्यो स्थितिसम्म साधकले निर्वाण प्राप्त गर्न सक्दैन भन्ने तथ्यसँग सबै शास्त्र एक मत छन् तर प्रश्न उठ्छ कि यो 'म' कसरी नाश हुन्छ ? के यो 'म' शील साधना (इन्द्रिय निग्रह, विषय त्याग, ब्रह्मचर्य आदि) साधना र समाधि साधना (श्वासप्रश्वास, गुरुप्रतिमा, ईश्वरप्रतिमा, प्रकाश, ध्वनि आदि) बाट नाश हुन सक्छ ? यो असम्भव छ।

यो 'म' भाव त्यस क्षणमा मात्र नाश हुनसक्छ जब तपाईं स्वयंको काय र चित्तको क्षेत्रलाई 'यो परमाणुहरूको पुञ्ज मात्र हो, यो तरङ्गैतरङ्गको प्रवाह मात्र हो भन्ने प्रामाणिक बोध प्राप्त गर्नुहुन्छ। जब तपाईंलाई देहसत्ता प्रामाणिकरूपमै परमाणुहरूको अनित्य पुञ्ज हो भन्ने बोध प्राप्त हुन्छ, त्यो स्थितिमा यो तरङ्गैतरङ्गको प्रवाह तपाईंको देहसत्तालाई तपाईंको चेतन, अर्धचेतन, अवचेतन मनले 'म' को संज्ञा दिनुपर्ने कुनै विश्वासनीय आधार प्राप्त गर्न सक्दैन। स्पष्टरूपमा तरङ्गैतरङ्गको अनित्य प्रवाहरूप यस देह सत्तालाई कसरी 'म' भन्ने ? यस क्षणमा तपाईंका 'म' भावरूपी मूल अविद्या शनैःशनैः नष्ट हुन थाल्छ र तपाईंमा अनात्मभाव पुष्ट हुँदै जान्छ, म भाव पग्लँदै जान्छ।

माथि व्याख्या गरिएको अनित्यभाव र अनात्मभाव त्यस क्षणमा मात्र पुष्टी हुन्छ जब तपाईं शिरदेखि पैतलासम्म र पैतलादेखि शिरसम्म एकएक इञ्च गर्दै सूक्ष्म, सूक्ष्मतम् एकाइमा दीर्घकालसम्म काय र चित्तलाई टुक्र्याउँदै उत्पन्न भएका संवेदनालाई नभोगिकनै यी संवेदनाका अनित्य गुण, धर्म, स्वभावलाई समभावमा अवलोकन गर्नुहुन्छ वा विपश्यना साधना गर्नुहुन्छ। यसरी 'म' भाव नाशको

दृष्टिले संवेदनामाथि गरिने विपश्यना साधनाको असाधारण महत्व छ। यस्तो संवेदनामाथि गरिने प्रज्ञापक्षको साधनाले कसरी बाह्र चरणद्वारा तपाईंलाई 'म' भावलाई नाश गरी निर्वाण प्रदान गर्दछ भन्ने प्रश्नको व्याख्या यसै अध्यायमा दिइएको छ।

कायानुपश्यना वा कायामा गरिने विपश्यना साधनालाई निरन्तरता दिइरहनुहोस्

यसरी तपाईंलाई शिरमा संवेदनाहरूको बोध हुन थालेपछि ध्यानलाई शिरको माथिल्लो भागबाट अनुहारतर्फ एक इञ्च तल सार्नुहोस् र सोही क्षेत्रमै ध्यानलाई केन्द्रित गर्नुहोस्। जब तपाईं ध्यानलाई यसरी केन्द्रीत गर्नुहुन्छ, पुनः त्यही सुखद वा दुखद संवेदना उत्पन्न हुन थाल्छ। जब यसरी कायमा संवेदनाहरू उत्पन्न हुन्छन्, यसको अर्थ हुन्छ तपाईंमा चित्तको संवेदना भोग गर्ने स्वभाव परिवर्तन गर्ने क्षणको जन्म भइरहेको छ। जन्म-जन्मान्तरदेखिको चित्तको संवेदना भोग गर्ने स्वभावलाई नाश गर्ने असाधारण अवसर जन्मिरहेको छ। यसरी कायमा संवेदनाहरू उत्पन्न भएका क्षणहरू नै साधकका केन्द्रिय क्षण हुन्। त्यसैले चित्तको स्वभावलाई पल्टाउने यस्तो अमूल्य अवसरलाई खेर जान नदिनुहोस्। यी संवेदनामाथि विपश्यना प्रारम्भ गर्नुहोस्। संवेदनाहरूमाथिको यस विपश्यना साधनाको क्षणमा तपाईं विपश्यनाको अर्थमाथि पनि पुनः स्पष्ट हुनुहोस्।

विपश्यनाको अर्थ हो 'वि' अर्थात् विशेष किसिमको 'पश्यना' अर्थात् अवलोकन। प्रश्न उठ्न सक्छ के हो यो विशेष अवलोकन ?

काय र चित्त क्षेत्रमा उत्पन्न भएका संवेदनालाई स्मृतिवान् (जागरुक) र संप्रज्ञानी (संवेदनाहरूको उदय र व्यय, उदय र व्यय प्रक्रियाको बोध) भएर अवलोकन गर्नु नै विपश्यना हो। काय र चित्तको क्षेत्रमा उत्पन्न भएका सुखद वा दुखद संवेदनालाई नभोगिकनै समभावमा अवलोकन गर्नु नै विशेष अवलोकन हो। यस विशेष अवलोकन वा विपश्यना साधना प्रक्रियालाई "मात्र जान्नु", "यथाभूतरूपमा जान्नु", "राम्रोसँग जान्नु", "तटस्थभावले जान्नु", "जुन क्षण जे प्रकट हुन्छ त्यसैलाई

जान्नु", "प्रतिक्रियाविहीन भएर बोध गर्नु", "स्मृतिवान् र संप्रज्ञानी भएर जान्नु", "समचित्तयुक्त भएर बोध गर्नु," "राग द्वेष निरत भएर अवलोकन गर्नु, " "सम्यक दृष्टियुक्त भई जान्नु", "द्रष्टाभावले जान्नु", "प्रज्ञापूर्वक जान्नु" आदि पनि भनिन्छ।

जब तपाईं यसरी कायमा उत्पन्न भएका संवेदनाहरूमाथि विपश्यना साधना प्रारम्भ गर्नुहुन्छ, तपाईं निर्वाण साधनाको सम्बोधन गर्नुपर्ने समस्याहरू (मनको चञ्चल स्वभावको नाश, नयाँ संस्कारको उत्पत्तिको नाश, सङ्ग्रहित संस्कारको नाश, अनित्यबोध, अनात्मबोध) लाई समाधान गर्दै निर्वाणको दिशामा पाइला बढाउँदै जानुहुन्छ।

विपश्यना साधनालाई निरन्तरता दिइरहनुहोस्

जब तपाईं यसरी संवेदनाहरूमाथि साधना प्रारम्भ गर्नुहुन्छ तपाईं शिरदेखि पैतलासम्म र पैतलादेखि शिरसम्म एकएक इञ्च गर्दै संवेदनाहरू उत्पन्न गर्दै, ती संवेदनालाई द्रष्टा भावमा अवलोकन गर्दै यस काय क्षेत्रका संवेदनाहरूमाथि गरिने साधनालाई निरन्तरता दिइरहनुहोस्। स्थूल कायलाई सूक्ष्म, सूक्ष्मतर, सूक्ष्मतम् एकाइमा टुक्र्याउँदै कायमा उत्पन्न भएका संवेदनाहरूलाई लगनशील, जागरुक र प्रज्ञायुक्त भएर बोध गरिरहनुहोस्। यस साधनालाई बिहान एक घण्टा र बेलुका एक घण्टा गरी निरन्तरता दिइरहनुहोस्। विपश्यना ध्यान साधनाबाट बाहिर आएपश्चात् पनि कर्म, वाणी, आजिविकाका पक्षमा सम्यकरूपमा रहने प्रयास गरिरहनुहोस्।

कायमा केकस्ता संवेदना उत्पन्न हुन्छन् ?

जब तपाईं कायानुपश्यना (कायमा संवेदना उत्पत्ति गरिने विपश्यना साधना) मा प्रवेश गर्नुहुन्छ, तपाईंको मनमा आखिर कायमा केकस्ता संवेदना कुनकुन स्रोत वा कारणबाट उत्पन्न हुन्छन् ? भन्ने प्रश्न उठ्न सक्छ।

तपाईंको कायमा दुःखद र सुखद संवेदना उत्पन्न हुने अनेक कारण छन्। कायमा यसरी संवेदना उत्पन्न हुने अनेक कारणमध्ये एक कारण तपाईंमा क्रियाशील जीवन्त जीवन प्रक्रिया हो। तपाईंको देहसत्ता

(काय र चित्त) मा प्रकृतिका शाश्वत नियमहरूको क्रियाशीलताका कारण एक जीवन्त जीवन प्रक्रिया स्वतः चलिरहेको छ। यही स्वतः सञ्चालित जीवन प्रक्रियाका कारण तपाईंको कायमा अनेक जैविक, रासायनिक प्रतिक्रियाहरू, विद्युत चुम्बकीय प्रक्रियाहरू स्वतः चलिरहेका छन्। तपाईंमा स्वतः चलिरहेका यी जैविक, रासायनिक आदि क्रिया-प्रतिक्रियाका कारण तपाईंका कायमा अनेक प्रकारका संवेदना उत्पन्न भइरहेका छन्।

कायमा संवेदना उत्पत्तिको दोस्रो कारण तपाईंको कायका महाभूतहरू नै हुन्। चार महाभूत (पृथिवी, जल, अग्नि, वायु) बाट निर्मित तपाईंको कायमा चार भौतिक तत्व (पृथिवी, जल, अग्नि, वायु)का कारण पनि संवेदना उत्पन्न भइरहेका छन्।

यहाँनेर के प्रश्न उठ्न सक्छ भने कायमा चार धातुहरूका केकस्ता कारणले केकस्ता संवेदना प्रकट भइरहेका छन् ? पृथिवी धातुको नैसर्गिक गुण हलुकापना वा गह्रौं पना हो। पृथिवी धातु तपाईंका कायमा कहिले हलुका, कहिले गह्रौं अनुभूति (संवेदना) मा प्रकट भइरहेको हुन्छ। जल धातुको नैसर्गिक गुण प्रवाह अनुभूति हो। शरीरभित्र केही जोडिएझैं, छुटेझैं आदि हो। जलधातु तपाईंको शरीरभित्र प्रवाह, हलचल आदि अनुभूति (संवेदना) आदिका रूपमा प्रकट भइरहेको छ। अग्नि धातु कायमा जाडो, गर्मी, तातो, चिसो आदि अनुभूतिका रूपमा प्रकट भइरहेको छ। वायु धातु शरीरमा ग्यास, डकार आदि अनुभूति वा संवेदनाका रूपमा प्रकट भइरहेको छ। तपाईंको कायमा सतत यी चार भौतिक तत्वका अनुभूति वा संवेदनाका रूपमा प्रकट भइरहेको छ।

कायमा उत्पन्न हुने संवेदनाहरूका अर्को कारण चित्तले ग्रहण गर्ने धर्म हुन्। चित्तको क्षेत्रले ग्रहण गर्ने धर्मका कारण पनि तपाईंको कायमा संवेदनाहरू उत्पन्न भइरहेका छन्। तपाईंको काय र चित्तका क्षेत्र एकअर्कोसँग अन्योन्याश्रित रुपमा जोडिएका छन्। जब तपाईंको कायमा कुनै संवेदना उत्पन्न हुन्छ, यसको प्रभाव चित्तको क्षेत्रमा पर्छ। त्यस्तै जब चित्तले कुनै धर्म ग्रहण गर्दछ, यसको प्रभाव कायको क्षेत्रमा पर्छ। भगवान् स्वयंले १२१ प्रकारका चित्त र ५२ प्रकारका चित्तवृतिको व्याख्या

गर्नुभएको छ। त्यसैले चित्तमा केकस्ता संवेदना उत्पन्न हुन्छन् र त्यसको प्रभावका कारण कायमा केकस्ता संवेदना उत्पन्न हुन्छन् भन्ने कुराको निश्चित उत्तर दिन सकिँदैन। मौसम, भोजन आदि अन्य कैयौँ बाह्य पक्षका कारण पनि तपाईंको कायमा अनेक प्रकारका संवेदना उत्पन्न भइरहन्छन्।

स्मरणरहोस् हाल तपाईं कायमा यी अनेक कारणले उत्पन्न भइरहेका संवेदनालाई भोग गरेर खुसी, दुःखी भइरहनुभएको छ। कायानुपश्यना साधनामा माथिका वा अन्य कुनै पनि कारणले जब कुनै पनि प्रकारका संवेदना उत्पन्न हुन्छन् ती संवेदनाप्रति रागद्वेष उत्पन्न नगरी, यथाभूतरूपमा तिनका अनित्य, गुण, धर्म स्वभावलाई अवलोकन गर्नुहुन्छ। तपाईं कायमा उत्पन्न भएका कुनै पनि संवेदनाप्रति न राग न द्वेष मात्र समभावमा विद्यमान तथा अविद्यमान अवस्थाको बोध मात्र गर्नुहोस्। कायका संवेदनाहरूमा विपश्यना साधना गरिरहनुहोस्।

६.५. चित्तानुपश्यना

अब चित्तानुपश्यनामा प्रवेश गर्नुहोस्

जब तपाईं यसरी कायमा उत्पन्न भएका संवेदनाहरूप्रति विपश्यना साधना प्रारम्भ गर्नुहुन्छ, जब तपाईं शिरदेखि पैतलासम्म र पैतलादेखि शिरसम्म कायलाई एकएक इञ्च गर्दै टुक्र्याउँदै उत्पन्न भएका संवेदनाहरूमाथि विपश्यना साधना गर्नुहुन्छ, काय र चित्त अन्योन्याश्रितरूपमा जोडिएका कारण चित्त स्वतः तपाईंको साधना प्रक्रियामा प्रवेश गर्दछ। तपाईंको जीवनको संरचना नै यस्तो छ कि जब कायमा संवेदना उत्पन्न हुन थाल्छ, त्यो क्षणमा चित्तको चारै खण्ड (विज्ञान, संज्ञा, वेदना, संस्कार) स्वतः क्रियाशील हुन थाल्छ। यथार्थमा चित्तका यी चार खण्ड क्रियाशील भएका कारण नै तपाईंले कायमा सुखद वा दुखद संवेदना उत्पन्न भएको बोध गर्नुभएको छ।

कायानुपश्यना साधनामा चित्त यसरी स्वतः प्रवेश गरे पनि 'चित्त' तपाईंको देहसत्ताको एक पृथक क्षेत्र पनि हो। चित्त स्वयंले पनि प्रतिक्षण



अनेक प्रकारका धर्म (चित्तले जे धारणा गर्दछ त्यसलाई पनि धर्म भनिन्छ) धारण गरिरहन्छ। चित्तले कुनै पनि क्षण कुनै पनि कारण काम, क्रोध, लोभ, मोह, स्नेह, आशा, निराशा आदि कुनै पनि प्रकारका धर्मलाई धारणा गर्न सक्छ। भगवान् बुद्धले महासत्तिपट्ठान सुत्तमा निवरणपर्व, स्कन्धपर्व, आयतनपर्व, बोध्यङ्गपर्व, चार सत्यपर्व, आदिमा चित्तले ग्रहण गर्ने अनेक प्रकारका धर्मको व्याख्या गर्नुभएको छ।

निर्माण अभिलाषी साधकले चित्तले ग्रहण गर्ने अनेक प्रकारका संवेदनाहरूमा कसरी विपश्यना साधना गरिन्छ भन्ने कुराको जानकारीका लागि महासत्तिपट्ठान सुत्त अध्ययन गर्न सक्नुहुन्छ। यी अनेक प्रकारका धर्म धारण गरेका कारण चित्तको क्षेत्रमा पनि अनेक प्रकारका संवेदना प्रतिक्षण उत्पन्न भइरहेका हुन्छन्। प्रतिक्षण तपाईंको चित्तमा दुःख र सुखसँग जोडिएका अनेक विचार, भाव उत्पन्न भइरहेका हुन्छन्, विलय भइरहेका हुन्छन्।

जब चित्तको क्षेत्रमा यसरी संवेदना उत्पन्न हुन्छन् त्यो क्षणमा तपाईं काय क्षेत्रमा उत्पन्न संवेदनाहरूमाथि गरिएको साधनाझैं चित्तको क्षेत्रमा उत्पन्न संवेदनाहरूलाई पनि समभाव, शुद्धभाव, द्रष्टाभाव, साक्षीभाव, न राग न द्वेषपूर्ण संप्रज्ञान, जागरुक दृष्टि, आदिका रूपमा अवलोकन गर्न प्रारम्भ गर्नुहोस्। चित्तानुपश्यना (चित्तमा उत्पन्न संवेदनाहरूमाथि गरिने विपश्यना) मा पनि विपश्यनाको त्यही विशेष अवलोकन विधिअनुरूप नै चित्तको क्षेत्रमा उत्पन्न संवेदनाहरूलाई अवलोकन गर्नुहोस्।

विपश्यना साधनालाई निरन्तरता दिइरहनुहोस्

साधनामा आतापी, स्मृतिवान्, संप्रज्ञानी भइरहनुहोस्

चौवीसै घण्टा साधनारत रहनुहोस्

जब तपाईं विपश्यना साधनाबाट बाहिर आउनुहुन्छ त्यस क्षणमा चौवीसै घण्टा क्रियाशील धम्मका नियमहरूले तपाईंमा बन्धन निर्माण र विस्तार गर्न प्रारम्भ गरिहाल्छ। धर्मचक्र साधनाबाट बाहिर आएपछि पनि कर्म, वाणी, आजिविकाका सम्पूर्ण क्षणमा जागरुक र समभावी रहनुहोस्। जब हिड्नुहुन्छ, जब स्नान गर्नुहुन्छ, जब भोजन गर्नुहुन्छ, जे कर्म गरिरहनुभएको छ त्यसप्रति जागरुक बनिरहनुहोस्। शरीरको जुन

भागमा हलचल भइरहेको छ, संवेदनाहरू उत्पत्ति भइरहेको छ त्यसलाई पनि यथाभूतरूपमा जान्नुहोस् ।

राति जब सुत्न जानुहुन्छ, त्यस क्षणमा पनि कायमा उत्पन्न संवेदनाको बोध गरिरहनुहोस् । अनित्य बोधको चैतन्य जगाइराख्नुहोस् । रात्रि वा सुत्ने समयमा गरिने विपश्यनाको व्याख्या गर्ने क्रममा गुरु गोयन्का आफ्नै अनुभूतिलाई व्याख्या गर्दै भन्नुहुन्छ- 'रात्रिमा पनि आफूभित्र संवेदनाको अनित्य बोधको चैतन्य जागिरहेको हुन्छ । अलिअलि निद्रा, अलिअलि जागृति, कहिले काँही त पूरा रात नै यसरी बित्छ । निद्राको नाम निसानै रहँदैन । जब सम्पूर्ण रात अनित्य बोधको चैतन्यबाट बिहान जागिन्छ त्यस स्थितिमा अत्यन्त हलुकापन बोध हुन्छ, मानौँ शरीर गहिरो निद्राबाट बिउँझिएको छ । रात्रिमा जर्बजस्ती जागा नबस्नुहोस्, रात्रिमा विपश्यना गर्दागर्दै जब प्राकृतिकरूपमा निद्रा आउँछ तब निदाउनुहोस् । जब बिहान उठ्नुहुन्छ त्यस क्षणमा पनि कायमा संवेदनाहरूको अनित्य गुण, धर्म र स्वभावको बोध गर्नुहोस् ।'

यसरी काय र चित्त क्षेत्रका संवेदनालाई विपश्यनाको विधिअनुरूप दीर्घकालसम्म निरन्तरता दिइरहनुहोस् । कहिले निर्वाण प्राप्त हुन्छ भन्ने कुराको परिणामप्रति व्याग्र नबनी धर्मचक्र साधनालाई निरन्तरता दिइरहनुहोस् । जब तपाईं दीर्घकालसम्म यसरी धर्मचक्र साधनालाई निरन्तरता दिइरहनुहुन्छ त्यस स्थितिमा तपाईंमा चित्तका विकारहरू शनैःशनैः क्षय हुँदै गएर चित्तका प्राकृतिक गुण शनैःशनैः प्रकट हुन थाल्छन् । तपाईंको चित्तमा स्मृति (जागरुकता), धर्मविचय (चित्तले जे धर्म ग्रहण गर्दछ त्यस धर्मलाई विघटन गर्नु), वीर्य (साधनामा लगनशीलता वा पुरुषार्थ), प्रिति (चित्तका संस्कारहरू नाश हुँदै जाँदा मनमा उत्पन्न हुने अनेक शान्ति, आनन्दका अनुभूति), प्रश्रब्धि (चित्तका संस्कार नाश हुँदै जाँदा कायमा उत्पन्न हुने शान्तपना), समाधि (सघन एकाग्रताको स्थिति) आदि गुणहरू प्रकट हुँदै जान्छन् ।

विपश्यना बाहेकका अन्य निर्वाण साधनाविधिहरूमा साधनाकालमा उत्पन्न हुने यी अनेक प्रकारका सुख, शान्ति, आनन्दका अनुभूतिहरू पञ्चस्कन्धभित्रकै अनित्य अनुभूति भएकाले यी अनुभूतिलाई पनि



भोग गर्नुहुँदैन भन्ने शिक्षा गुरुहरूले प्रदान नगर्नु भएकाले ती अनेक साधनाविधिका साधकहरू साधनाका यी सुखद संवेदनालाई भोग गर्न पुग्छन्। साधनाकालमा सुखद संवेदनाहरू प्राप्त हुँदा खुसी र दुखद संवेदना प्राप्त हुँदा दुःखी बन्छन्। फलतः धम्मका शश्वत नियमहरूले पुनः रागद्वेषका संस्कारबीज प्राप्त गरी संस्कार नै उत्पन्न र विस्तार गरिदिँदा उनीहरू साधनाबाट च्यूत हुनपुग्छन्।

साधनाकालमा चित्तका संस्कारहरू क्षय हुँदै जाँदा जब प्रिति-प्रमोद, प्रश्रब्धि समाधि आदि जस्ता सुख, आनन्द, शान्ति आदिका अनुभूति (संवेदना) उत्पन्न हुन्छन्। यी सुखद संवेदनालाई तपाईं भोग नगरी यथाभूतरूपमा मात्र अवलोकन गर्नुहोस्।

तपाईं साधनाकालमा उत्पन्न हुने चित्तको जागरुकता, धर्मविचय, वीर्य, प्रिति, प्रश्रब्धि, समाधि आदि अवस्थाहरूको विद्यमान र अविद्यामान अवस्था आदिलाई यथाभूतरूपमा जान्नुहोस्। तपाईं काय र चित्तको क्षेत्रमा उत्पन्न कुनै पनि संवेदनाप्रति न राग न द्वेष अर्थात् न खुसी, न दुःखी) मात्र समभावमा यी संवेदनाहरूको अनित्य गुण, धर्म र स्वभावलाई अवलोकन गरिरहनुहोस्। यसरी विपश्यना साधनालाई निरन्तरता दिइरहनुहोस्।

६.६ धर्मचक्र वा विपश्यना साधनाका बाह्र चरण

धर्मचक्र वा विपश्यना साधनाका बाह्र चरणबाट गुज्रिनुहोस्

जब तपाईं विपश्यना साधनालाई निरन्तरता दिइरहनुहुन्छ तब शनैःशनैः तपाईं धम्मका शाश्वत नियमहरूको सहयोगमा धर्मचक्र वा निर्वाणका निम्नलिखित बाह्र चरणलाई पार गर्दै निर्वाण क्षेत्रमा प्रवेश गर्नुहुन्छ। भगवान्‌ले यस सत्यको व्याख्या महासतिपट्ठान सुत्तमा गर्नुभएको छ। धर्मचक्र वा विपश्यना साधनाका यी चरणमाथि व्याख्या गर्दै भगवान् भन्नुहुन्छ-

“कथञ्च पन, भिक्खवे, भिक्खु काये कायानुपस्सी विहरति ?” इध, भिक्खवे, भिक्खु अरञ्ञगतो वा रुक्खमूलगतो वा सुञ्ञागारगतो वा। निसीदति पल्लक्तं आभुजित्वा उजुं कायं पणिधाय। परिमुखं सतिं

उपट्ठपेत्वा । सो सतोव अस्ससति, सतोव पस्ससति । दीघं वा अस्ससन्तो 'दीघं अस्ससामी'ति पजानाति, रस्सं वा पस्ससन्तो 'दीघं पस्ससामी'ति पजानाति । रस्सं वा अस्ससन्तो 'रस्सं अस्ससामी' ति पजानाति, रस्सं वा पस्ससन्तो 'रस्सं पस्ससामी' ति पजानाति । सब्बकायपटिसंवेदी अस्ससिस्समी'ति सिक्खति, 'पस्सम्भयं कायसङ्खारं अस्ससिस्सामी' ति सिक्खति, 'पस्सम्भयं कायसङ्खारं पस्ससिस्सामी'ति सिक्खति ।''

अर्थात् भिक्षुहरू! (कोही) भीक्षु कसरी कायमा कायानुपश्यी भएर विहार गर्दछ ? भिक्षु हो! यहाँ (कोही) भिक्षु अरण्य (वन) मा गएर वा वृक्षमुनि बसेर वा शून्यागार (ध्यानकक्ष) मा गएर शरीर सिधापारी, मुखको माथिल्लो भागमा स्मृति (जागरुकता) प्रतिस्थापित गरी, पलैंटी मारेर बस्छ। यतिबेला उसले स्मृतिवान् (जागरुक) भएर स्वास लिन्छ, स्मृतिवान् भएर स्वास छोड्छ। उसले लामो श्वास लिँदा राम्रोसँग जान्दछ कि लामो श्वास लिइरहेको छु, लामो श्वास छोड्दा राम्रोसँग जान्दछ कि लामो श्वास छोडिरहेको छु। उसले छोटो श्वास लिँदा राम्रोसँग जान्दछ कि छोटो श्वास लिइरहेको छु, छोटो श्वास छोड्दा राम्रोसँग जान्दछ कि छोटो श्वास छोडिरहेको छु। यसरी उसले सम्पूर्ण शरीरप्रति संवेदनशील हुँदै अर्थात् संवेदनाहरूको अनुभव गर्दै श्वास लिन सिक्छ। उसले सम्पूर्ण शरीरप्रति संवेदनशील हुँदै (संवेदनाहरूको अनुभव गर्दै) श्वास छोड्न सिक्छ। यसरी उसले कायको संस्कार (स्वभाव) लाई प्रश्रब्ध (शान्त) गर्दै श्वास लिन सिक्छ। उसले कायको संस्कारलाई प्रश्रब्ध गर्दै श्वास छोड्न सिक्छ।

प्रथमचरण :- बहिद्धा वा काये कायानुपस्सी विहरती (कायको बाहिर क्षेत्रको कायानुपश्यना) अर्थात् कायको बाहिरी क्षेत्रहरूमा संवेदनाहरूको अनुभूति प्राप्त हुनु ।

दोस्रोचरण :- अज्झत्तं वा काये कायानुपस्सी विहरति अर्थात् कायको भित्री क्षेत्रको कायानुपश्यना, कायको भित्री क्षेत्रहरूमा संवेदनाहरूको अनुभूतिहरू प्राप्त हुनु ।

तेस्रोचरण :- अज्झत्तबहिद्धा वा काये कायानुपस्सी विहरति अर्थात् कायको भित्री-बाहिरी क्षेत्रमा कायानुपश्यना अथवा कायको भित्रीबाहिरी

क्षेत्रहरूमा संवेदनाहरूको अनुभूति प्राप्त हुनु।

चौथोचरण :- समुदय धम्मानुपस्सी वा कायस्मि विहरति अर्थात् समुदय धर्मको अनुपश्यना अथवा संवेदनाहरूको समुदय (उत्पत्ति) को अनुभूति प्राप्त हुनु।

पाँचौंचरण :- वय धम्मानुपस्सी वा कायस्मिं विहरति अर्थात् व्यय धर्मको अनुपश्यना अथवा संवेदनाहरूको व्ययको अनुभूति प्राप्त हुनु।

छैठौंचरण :- समुदयव्य धम्मानुपस्सी वा कायस्मिं विहरति अर्थात् समुदय व्यय धर्मको अनुपश्यना अथवा संवेदनाहरूको समुदय र व्ययको अनुभूतिहरू प्राप्त हुनु।

सातौंचरण :- सब्बकायपटि संवेदी अर्थात् साधकको सम्पूर्ण शरीरमा संवेदनाहरूको अनुभव हुनु।

आठौंचरण :- पस्सम्भयं कायरसङ्खार अर्थात् कायको चञ्चल स्वभाव नाश भई प्रश्रब्धि वा शान्तपना अनुभव हुनु।

नवौंचरण :- अत्थि कायो ति वा पनस्स सति पच्चुपट्ठिता होति अर्थात् 'यो काया हो' भन्ने कुरामा स्मृति प्रतिष्ठापित हुनु।

दसौंचरण :- काय मात्र परमाणुको पुञ्ज हो वा काय अनित्य हो भन्ने भाव पुष्ट हुनु।

एघारौंचरण :- अनात्म बोध वा साधकको अहं रूपी 'म' र 'मेरो' भाव नाश हुनु।

बाह्रौंचरण :- निर्वाण वा साधकलाई इन्द्रियातीत क्षेत्रको प्रामाणिक अनुभूति प्राप्त हुनु, मात्र 'म' अनुपस्थित दर्शन (द्रष्टा होइन) शेष रहनु

प्रथमचरण :- बहिद्धा वा काये कायानुपस्सी विहरती अर्थात् कायको बाहिरी क्षेत्रको कायानुपश्यना अथवा कायको बाहिरी क्षेत्रहरूमा संवेदनाहरूको अनुभूति प्राप्त हुनु।

विपश्यना साधनाको प्रथम चरणको साधना हो कायको बाहिरी क्षेत्रहरूमा उत्पन्न संवेदनामाथि साधना। यस चरणमा तपाईं कायको सम्पूर्ण बाहिरी क्षेत्रमा सुखद वा दुःखद संवेदनाहरूको अनुभूति प्राप्त गर्नुहुन्छ। जब तपाईं आनापान साधनामा प्रवेश गर्नुहुन्छ, साधनाका प्रारम्भिक दिनमा तपाईं कायको सम्पूर्ण बाह्य क्षेत्रमा संवेदनाहरूको

अनुभूति प्राप्त गर्नुहुन्न तर जब तपाईं एकएक इञ्च गर्दै शिरदेखि पैतलासम्म र पैतलादेखि शिरसम्म कायलाई सूक्ष्म, सूक्ष्मतर र सूक्ष्मतम् एकाइमा टुक्र्याउँदै विपश्यना साधना गर्दै जानुहुन्छ, शनैःशनैः संवेदनाहरू अनुपस्थित भएको कायका बाह्य क्षेत्रमा पनि संवेदना उत्पन्न भएको अनुभूति प्राप्त गर्न थाल्नुहुन्छ। कायमा संवेदना उत्पन्न नभएका जड वा मृत क्षेत्रमा पनि पग्लिएर र बिलाएर संवेदना उत्पन्न भएको बोध गर्नुहुन्छ। अन्ततः तपाईं कायको सम्पूर्ण बाह्य क्षेत्रमा सुखद वा दुखद अनेक प्रकारका सूक्ष्म संवेदनाहरूको प्रवाह स्पष्टरूपमा बोध गर्नुहुन्छ। यस अवस्थामा तपाईं कायको बाह्य क्षेत्रमा उत्पन्न भइरहेका संवेदनाहरूप्रति रागद्वेष उत्पन्न नगरी मात्र यी संवेदनालाई यथाभूतरूपमा अवलोकन गर्नुहुन्छ।

दोस्रोचरण :- अज्झतं वा काये कायानुपस्सी विहरति अर्थात् कायको भित्रिक्षेत्रको कायानुपश्यना अथवा कायको भित्री क्षेत्रहरूमा संवेदनाहरूका अनुभूति प्राप्त हुनु।

विपश्यना साधनाको दोस्रो चरणको साधना हो कायको भित्री क्षेत्रमा उत्पन्न संवेदनाहरूमाथिको साधना। यस चरणमा तपाईं कायका सम्पूर्ण भित्री क्षेत्रमा संवेदनाका बोध प्राप्त गर्नुहुन्छ। जब तपाईं कायको बाह्य क्षेत्रमा साधना प्रारम्भ गर्नुहुन्छ, तपाईं कायको भित्री भागमा पनि अनेक प्रकारका सुखद र दुखद संवेदना यत्रतत्र छरिएर प्रकट हुन थालेको अनुभूति प्राप्त गर्नुहुन्छ तर तपाईं साधनाको यस स्थितिमा कायको सम्पूर्ण भित्री क्षेत्रमा संवेदनाहरू उत्पत्ति भएको अनुभूति प्राप्त गर्नुहुन्न तर जब तपाईं साधनामा आतापी, स्मृतिवान् र संप्रज्ञानी हुँदै जानुहुन्छ, जब तपाईं कायको बाह्य क्षेत्रमा झैँ कायको भित्री क्षेत्रमा पनि साधना प्रारम्भ गर्नुहुन्छ तब शनैःशनैः कायको भित्री भागहरूमा पनि संवेदना प्रकट भएको अनुभूति प्राप्त गर्न थाल्नुहुन्छ। कायका भित्री भागहरूमा संवेदना विस्तार हुँदै गएको अनुभूति प्राप्त गर्नुहुन्छ। अन्ततः दीर्घकालीन साधनाद्वारा एउटा यस्तो स्थिति आइपुग्छ, जुन स्थितिमा तपाईं कायका सम्पूर्ण भित्री क्षेत्रमा पनि संवेदनाका उपस्थिति वा प्रवाहको स्पष्ट बोध प्राप्त गर्नुहुन्छ। यस्तो स्थितिमा तपाईं कायको भित्री भागहरूमा उत्पन्न

भएका संवेदनाप्रति न राग न द्वेष मात्र समभावपूर्ण अवलोकन गर्नुहुन्छ।

तेस्रोचरण :- अज्झत्तवहिद्धा वा काये कायानुपस्सी विहरति

अर्थात् कायको भित्री-बाहिरी क्षेत्रको कायानुपश्यना अथवा कायको भित्रीबाहिरी क्षेत्रहरूमा संवेदनाका अनुभूति प्राप्त हुनु।

विपश्यना साधनाको यस चरणको साधना हो कायको भित्र, बाहिर सर्वत्र उत्पन्न संवेदनहरूमाथिको साधना। यस चरणमा तपाईं कायको भित्री वा बाहिरी भाग (सर्वत्र) संवेदनाहरूको बोध प्राप्त गर्नुहुन्छ। जब साधनामा कायको सम्पूर्ण बाह्य क्षेत्र र सम्पूर्ण भित्री क्षेत्रमा संवेदना उत्पन्न हुन्छन् यस्तो स्थितिमा पनि जब तपाईं साधनालाई निरन्तरता दिँदै जानुहुन्छ, शनैःशनैः कायको भित्र, बाहिर, सर्वत्र स्थूलपना वा जडपन नष्ट भएर संवेदनाहरू उत्पन्न भएको बोध प्राप्त गर्नुहुन्छ। शरीरमा जब यसरी कायको भित्रीबाहिरी भाग (सर्वत्र) मा एकैसाथ संवेदनाहरू उत्पतिको बोध हुन्छ यस्तो स्थितिमा तपाईं यी संवेदनाप्रति मात्र जागरुक र मात्र स्मृतिवान् बन्नुहुन्छ। यसरी तपाईं कायको भित्र, बाहिर सर्वत्र विपश्वी भएर विहार गर्नुहुन्छ।

चौथोचरण :- समुदय धम्मानुपस्सी वा कायस्मि विहरति

अर्थात् समुदय धर्मको अनुपश्यना अथवा संवेदनाहरू उत्पत्ति भएको बोध हुनु।

विपश्यना साधनाको यस चरणको अनुभूति हो संवेदनाहरूको समुदयको अनुभूति। जब तपाईं विपश्यना साधनामा प्रवेश गर्नुहुन्छ तब साधनाको प्रारम्भिक चरणमा तपाईं स्थूल संवेदनाहरू उदय भएको स्पष्ट अनुभव गर्नुहुन्छ। साधनाको यस प्रारम्भिक स्थितिमा तपाईं यी स्थूल संवेदनाका उदय अनि व्यय प्रक्रिया स्पष्टरूपमा पृथकपृथक भएको अनुभूति गर्नुहुन्छ तर जब तपाईं यी स्थूल संवेदनालाई साक्षीभावले अवलोकन गर्न प्रारम्भ गर्नुहुन्छ, शनैःशनैः यी स्थूल संवेदना पनि टुक्रिँदै गएर सूक्ष्म संवेदनामा परिणत हुँदै जान्छन् र यस्तो स्थितिमा तपाईं संवेदना सतत उत्पत्ति (समुदय) भइरहेको बोध गर्नुहुन्छ। यस क्षणमा तपाईं कायका संवेदनाहरूप्रति समुदय धर्मानुपश्यी भएर विहार गर्नुहुन्छ। अथवा तपाईं उदय भइरहेको संवेदनाका गुण, धर्म र स्वभावलाई साक्षीभावले अवलोकन गर्नुहुन्छ।

पाचौँचरण :- वय धम्मानुपस्सी वा कायस्मिं विहरति
अर्थात् व्यय धर्मको अनुपश्यना।

विपश्यना साधनाको यस अवस्थाको अनुभूति हो संवेदनाहरूको व्ययको अनुभूति प्राप्त हुनु। विपश्यना साधनामा जब तपाईं शिरदेखि पैतलासम्म संवेदना उत्पन्न गरी ती संवेदनाहरूमाथि साधना प्रारम्भ गर्नुहुन्छ, साधनाका प्रारम्भिक दिनमा तपाईं कायमा स्थूल संवेदना उत्पन्न भएको र ती संवेदना केही क्षणसम्म स्थिरझैं रहेको र पुनः स्पष्टरूपमा विस्तारै व्यय हुँदै गएको अनुभूति प्राप्त गर्नुहुन्छ। अर्थात् तपाईं संवेदनाहरूको समुदय र व्ययको बीचमा समय स्पष्टरूपमा उपस्थित भएको अनुभूति प्राप्त गर्नुहुन्छ तर। जब तपाईं कायानुपश्यना साधनालाई निरन्तरता दिँदै जानुहुन्छ, यी स्थूल प्रकृतिका संवेदना सूक्ष्मरूपमा टुक्रिँदै जान्छन्, व्यय हुँदै जान्छन्। यस अवस्थामा तपाईं स्पष्टरूपमा सूक्ष्म संवेदनाका सतत व्ययको अनुभूति गर्नुहुन्छ। यस स्थितिमा तपाईं कायका संवेदनाहरूप्रति जागरुक र समभावी बन्दै व्यय धर्मानुपश्यी भएर विहार गर्नुहुन्छ।

छैठौँचरण :- समूदयवय धम्मानुपस्सी वा कायस्मिं विहरति
अर्थात् समुदय व्यय धर्मको अनुपस्यना अथवा संवेदनाहरू व्यय भएको बोध हुनु।

विपश्यना साधनाको यस अवस्थाको अनुभूति हो सतत संवेदना समुदय व्ययको अनुभूति प्राप्त हुनु। साधनाका प्रारम्भिक दिनमा तपाईं संवेदनाहरूका समुदय र व्ययका बीचमा समयको अन्तराल उपस्थित रहेको बोध गर्नुहुन्छ। जब तपाईं साधनामा पाक्दै जानुहुन्छ, साधनामा आतापी, स्मृतिवान् र प्रज्ञावान् हुँदै जानुहुन्छ यस्तो स्थितिमा संवेदनाका समुदय र व्यय प्रक्रियाबीचको समयानुभूति पनि शनैःशनैः क्षय हुँदै जान्छ र अन्ततः यस्तो स्थितिमा आइपुग्नुहुन्छ, जहाँ तपाईं संवेदनाका समुदय-व्ययबीचमा समयानुभूति उपस्थित भएको बोध प्राप्त गर्ने असमर्थ रहनुहुन्छ।

साधनाको यस स्थितिमा तपाईं संवेदनाका मात्र समुदय र व्ययको सतत धारा अनुभूति गर्नुहुन्छ। यस्तो अवस्थामा तपाईं यस्तो अनुभूति गर्नुहुन्छ कि मानौं यी उदय र व्ययरूपी दुई क्रिया समानान्तररूपमै

सञ्चालित भइरहेका छन्। यस्तो स्थितिमा तपाईं संवेदनाहरूलाई यथाभूतरूपमा बोध गर्दै समुदय व्यय धर्मानुपश्यी भएर विहार गर्नुहुन्छ।

स्मरणरहोस् माथिको प्रथम श्लोकमा भगवान्‌ले सब्बकायपटि संवेदी (सम्पूर्ण शरीरमा संवेदनाको अनुभव हुनु) र पस्सम्भयं कायसङ्खार (कायको संस्कार प्रश्रब्धि वा शान्तपना) उल्लेख गर्नु भएको भए पनि साधनाका यी चरण कायको भित्र, बाहिर सर्वत्र संवेदना बोध र संवेदनाको उदय, व्यय, समुदय, व्ययको उच्च स्थितिमा मात्र प्राप्त हुने तथ्यसँग विपश्यना साधनाका गम्भीर वा अनुभवी साधक स्पष्ट भएकाले सब्वकायपटिसंवेदी (चरण) र पस्सम्भयं कायसङ्खार (चरण) लाई साधनाको प्रथम र द्वितीय चरणमा नराखी सातौं र आठौं चरणमा राखिएको छ।

सातौँचरण :- सब्वकायपटि संवेदी वा (सम्पूर्ण शरिरमा संवेदना अनुभव हुनु

अर्थात् सम्पूर्ण काय संवेदनाहरूको पुञ्जझैं अनुभूति हुनु।

विपश्यना साधनाको यस चरणको अनुभूति हो सम्पूर्ण शरीर संवेदनशील हुनु वा शरीरका सम्पूर्ण भागमा सुखद र दुःखद (खासगरी सुखद) प्रकारका संवेदनाका अनुभूति प्राप्त हुनु। साधनाको यस अवस्थामा तपाईं सम्पूर्ण शरीर (शिरदेखि पैतलासम्मका कायका सम्पूर्ण बाहिरी र भित्री क्षेत्र) मा विविध प्रकारका सुखद र दुखद संवेदनाका अनुभूति प्राप्त गर्नुहुन्छ। काय संवेदनाहरूले पूर्ण हुँदै गएको अनुभूति प्राप्त गर्नुहुन्छ। स्मरणरहोस् साधनाको प्रारम्भमा तपाईंलाई संवेदनाका अनुभूति स्पष्टरूपमा प्राप्त हुँदैन तर तपाईं जब कायको बाहिरी क्षेत्र (प्रथमचरण) कायको भित्री क्षेत्र (दोस्रो चरण) कायको बाहिरी र भित्री क्षेत्र (तेस्रो चरण) को कायानुपश्यना, संवेदना समुदयधर्म (चौथो चरण), संवेदनाको व्ययधर्म (पाँचौं चरण) संवेदनाको समुदय, व्ययधर्म (छैठौं चरण) का साधनालाई निरन्तरता दिंदै जानुहुन्छ तब शिरदेखि पैतला सम्म र पैतलादेखि शिरसम्म एकएक इञ्च गरेर सूक्ष्म, सूक्ष्मतर, सूक्ष्मतम एकाइमा टुक्रयाउँदै शरीरका सम्पूर्ण क्षेत्रमा उत्पन्न भइरहेका संवेदनामाथि साधना गर्दै जानुहुन्छ र दीर्घकालीन साधनाद्वारा तपाईं यस्तो अवस्थामा आइपुग्नुहुन्छ, जहाँ तपाईं शरीरका सम्पूर्ण क्षेत्रमा

स्थूलदेहको अनुभूति उपस्थित नभई देह अनेक प्रकारका परमाणुहरूका पुञ्जझैँ रहेको अनुभूति प्राप्त गर्नुहुन्छ।

साधनाको यस स्थितिमा यस्तो लाग्छ कि यो स्थूलदेह मात्र उदय-व्यय, उदय-व्यय स्वभाव भएका परमाणुहरूको तरङ्गप्रवाह मात्र हो। यसरी स्थूल देहको सम्पूर्ण क्षेत्रको सघनता नष्ट भई देह स्पष्टरूपमा परमाणुहरूका तरङ्गझैँ अनुभूति हुने अवस्थालाई "भङ्ग" भनिन्छ। यथार्थमा यो भङ्ग अवस्था बाहिर, भित्र सर्वत्र कायानुपश्यनाका साथै समुदय, व्यय, समुदय व्यय कायानुपश्यनाको सम्पूर्ण चरण सफलतापूर्वक सम्पन्न गरेपश्चात् मात्र प्राप्त हुन्छ। यस अवस्थामा तपाईं एक सासमा शिरदेखि पैतलासम्म र पैतलादेखि शिरसम्मका सम्पूर्ण संवेदनाका अनुभूति प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ।

कायानुपश्यना साधनाको यस चरणमा तपाईं सम्पूर्ण शरीरमा संवेदनाका अनुभूति गर्दै श्वास लिन सक्नुहुन्छ, सम्पूर्ण शरीरमा संवेदनाका अनुभूति गर्दै श्वास छोड्न सक्नुहुन्छ। एकै सासमा कायको सम्पूर्ण संवेदना बोध गर्न सक्नुहुन्छ। स्मरणरहोस् यो 'सब्यकायपटिसंवेदी' अनूभूति दीर्घकालीन साधनापश्चात् मात्र प्राप्त हुन्छ।

आठौँचरण :- पस्सम्भयं कायरसङ्खार

अर्थात् कायका संस्कार वा स्वभावको प्रश्रब्धि वा शान्तपना अथवा कायको चञ्चल संस्कार नष्ट भई काय शान्त भएको अनुभूति प्राप्त हुनु।

विपश्यना साधनाको आठौं चरणको अनुभूति हो कायको प्रश्रब्धि वा सान्तपना। जब तपाईं साधना प्रारम्भ गर्नुहुन्छ, साधनामा सहज आसन ग्रहण गरेर पलैंटी मारेर बस्नुहुन्छ, साधनाको प्रारम्भिककालमा मनको स्वभावले मात्र नभई कायका अनेक संस्कारले पनि तपाईंलाई दुःख दिन्छ। दीर्घकालसम्मको स्वभावका कारण सुविधाजनक स्थितिमा रहने स्वभाव विकसित भएको देहलाई जब साधनाकालमा शान्त, चुपचाप पलैंटी मारेर आसनमा राख्ने प्रयास गरिन्छ त्यस क्षणमा देहका संस्कारहरूले विद्रोह गर्न प्रारम्भ गर्दछ। यस अवस्थामा तपाईं छिनछिनमा आसन परिवर्तन गरिरहने, हात, खुट्टा चलाउने, शरीरमा असहजपना, उकुसमुकुस आदिको अनुभूति प्राप्त गर्नुहुन्छ।



तर, जब तपाईं दीर्घकालसम्म कायानुपश्यना साधनालाई निरन्तरता दिइरहनुहुन्छ, जब तपाईं शिरदेखि पैतलासम्म र पैतलादेखि शिरसम्म उत्पन्न भएका संवेदनामाथि साधना गर्न प्रारम्भ गर्नुहुन्छ त्यस्तो अवस्थामा साधनाका कारण तपाईंको चित्तमा सङ्ग्रहित विकार नष्ट हुन थाल्छ। जब यसरी विकार नष्ट हुन थाल्छ तब चित्त विकार नाशको यस प्रक्रियासँगै तपाईंको शरीरको असहजपना, मनको चञ्चलता पनि शनैःशनैः क्षय हुँदै जान्छ।

स्मरणरहोस् मनुष्य देहमा अनुभूति हुने स्थूल घनत्वपना, गन्हौंपना, असहजता, आलश्य आदि स्थूल मांशपेशीका कारण भएको हुँदैन। गहिराइमा सम्पूर्ण काय मात्र परमाणुपुञ्जका रूपमा उपस्थित छ। यस परमाणुपुञ्जरूपी देहमा गन्हौंपना पूर्णरूपमा अनुपस्थित छ। देहमा जुन गन्हौंपना, घनापना आदि अनुभूति हुन्छ त्यो देह र चित्तमा सङ्ग्रहित विकारका कारण नै हुन्छ।

जब साधनाद्वारा विकारहरू नष्ट हुन थाल्छ त्यो स्थितिमा तपाईंको शरीरको चञ्चलता, असहजपना आदि संस्कार पनि शनैःशनैः नष्ट हुँदै जान्छ। अन्ततः साधनामा एउटा यस्तो स्थिति आउँछ, जहाँ तपाईं घण्टौंसम्म हलचल नगरी ध्यानासनमा सहजरूपमा बसिरहन सक्षम हुनुहुन्छ। कायको चञ्चलता नष्ट भएको यस स्थितिलाई "प्रश्रब्धि" भनिन्छ। कायानुपश्यना साधनामा प्रश्रब्धि अवस्था साधनाको दीर्घकालपश्चात् नै आउँछ। यो 'कायसङ्खार' अवस्थामा श्वासप्रश्वासको गतिसँग काय लयवद्ध हुन जाँदा श्वासप्रश्वासको गति अत्यन्त सूक्ष्म र धिमा हुन पुग्छ। यस्तो स्थितिमा पनि जागरुक साधकले कायको चञ्चलतापूर्ण संस्कार (स्वभाव) लाई प्रश्रब्ध (शान्त) गर्दै श्वास लिन सिक्छ। उसले कायको संस्कारलाई प्रश्रब्ध गर्दै श्वास छोड्न सिक्छ।

नवौंचरण :- अत्थि कायो ति वा पनस्स सति पच्चुपट्ठिता होति

अर्थात् 'यो काय हो' भन्ने कुरामा स्मृति प्रतिष्ठापित हुनु अथवा साधकको स्मृति यो "तरङ्गपुञ्ज"काय हो, काय तरङ्गैतरङ्गको पुञ्ज हो भन्नेमा स्थापित हुनु।

कायानुपश्यनाको साधनाको यस उच्च साधना स्थितिको व्याख्यामा

प्रवेश गर्नुपूर्व निर्वाण साधनाका दृष्टिले 'भङ्ग' अवस्थालाई पुनः एक पल्ट अवलोकन गर्नु सान्दर्भिक देखिन्छ। महासतिपट्ठान साधनाका दृष्टिले 'भङ्ग' एक असाधारण महत्वको स्थिति हो। कायानुपश्यना साधनाको यस स्थितिमा तपाईं निर्वाणतर्फ अग्रसर हुने विशिष्ट पात्रत्व मात्र प्राप्त गर्नुहुन्न अपितु साधनाको सुखद भासमा अलमलिई साधनाबाट च्यूत हुने सम्भावना पनि उत्तिकै प्रबल रहन्छ। भङ्ग अवस्थामा सम्पूर्ण काय क्षेत्रमा परमाणुहरूका तरङ्ग मात्र उपस्थित नभई अष्टकलाप (चार महाभूत र तिनका गुण, स्वभाव, धर्मका कारण कायमा उत्पन्न हुने अनेक अनुभूतिपूर्ण तरङ्ग), प्रिति-प्रमोद (साधनाद्वारा विकारहरू नष्ट भई चित्त शुद्ध हुँदै जाँदा मनमा उठ्ने आनन्द वा प्रितिमय तरङ्ग), प्रश्रब्धि (साधनाद्वारा कायको विकार नष्ट हुँदै जाँदा कायमा उत्पन्न हुने शान्तपना) आदि साधनाका अनेक परिणाम वा अवस्था प्राप्त हुन थाल्छन्। फलतः तपाईंको काय र चित्तको क्षेत्रमा सुख, आनन्द र शान्तिका अनेक मधुर लहर फैलिन थाल्छ। यद्यपि यी सम्पूर्ण सुखद अनुभूति पनि विनाशी वा क्षणिक अनुभूति नै हुन्, पञ्चस्कन्धभित्रका असत् अनुभूति हुन्।

कैयौं साधक (खासगरी विपश्यना साधना बाहेक अन्य मोक्ष साधनाविधिद्वारा मोक्ष प्राप्त गर्न प्रयासरत साधकहरू) साधनाका यी अनुभूतिप्रति परिचित नभएकाले यिनै अनुभूतिलाई निर्वाण अनुभूतिको संज्ञा दिँदै 'भोग' गर्न थाल्छन्। यी संवेदनाप्रति रागपूर्ण प्रतिक्रिया प्रारम्भ गर्न थाल्छन्। भित्रभित्र खुसी, हर्षित आदि हुन थाल्छन्। जब साधकले यसरी साधनाका सुखद संवेदनालाई भोग गर्न थाल्छ त्यस क्षणमा धम्मका नियमहरूले रागरूपी बीज प्राप्त गर्न थाल्छ र परिणाम स्वरूप साधनाको मूल मर्म कुनै पनि प्रकारका "संवेदनाप्रति न राग, न द्वेष" को स्थितिबाट च्यूत भई साधक साधनाबाट नै च्यूत हुन पुग्छ। उसले साधनामा बन्धन प्राप्त गरी निर्वाणको विपरीत दिशातर्फ गमन गर्न थाल्छ।

तर, विपश्यना साधनाको गम्भीर साधक जब साधनाकालका अनेक सुखद संवेदना पनि पन्चस्कन्धको क्षेत्रभित्रकै असत अनुभूति हुन् भन्ने तथ्य बुझी साधनालाई निरन्तरता दिइरहनुहुन्छ। जब तपाईं साधनामा आतापी, स्मृतिवान् र प्रज्ञावान् बनिरहनुहुन्छ यस्तो अवस्थामा तपाईं

विपश्यना साधनाको अन्तिम विशिष्ट चरणबाट गुज्रिन थाल्नुहुन्छ। प्रश्न उठ्छ कि विपश्यना साधनाका ती विशिष्ट चरण केके हुन् ? उत्तर हो ती विशिष्ट चरण भनेका अनित्यबोध, अनात्मबोध र अन्ततः निर्वाणबोध हुन्।

दसौँचरण :- अनित्य बोध अर्थात् शरीर मात्र परमाणुको पुञ्जरूपी अनित्य भाव अथवा तरङ्गको यस पुञ्जरूपी शरीर अनित्य हो भन्ने भाव पुष्ट हुनु।

जब तपाईंलाई विपश्यना साधनाको 'भङ्ग' अवस्था प्राप्त हुन्छ त्यस क्षणमा तपाईं स्वयंको अन्तर चक्षुमा प्रामाणिकरूपमै यस स्थूल काय भन्नु परमाणुहरूका पुञ्ज मात्र रहेछ भन्ने प्रज्ञा प्राप्त गर्न थाल्नुहुन्छ। देहका यी परमाणु पनि प्रतिक्षण उदय-व्यय, उदय-व्यय हुने प्रकृतिका रहेछन्, क्षणभङ्गुर रहेछन्, अनित्य रहेछन् भन्ने जस्ता प्रज्ञा प्राप्त गर्न थाल्नुहुन्छ। जब तपाईंलाई काय यसरी स्पष्टरूपमा तरङ्गैतरङ्गको प्रवाहझैँ बोध हुन थाल्छ यस क्षणमा तपाईं यसरी तरङ्गैतरङ्गरूपी कायलाई 'म' र 'मेरो काय' आदि भन्न असमर्थ रहनुहुन्छ अथवा चेतन, अर्धचेतन, अवचेतन मनले यो परमाणुरूप तरङ्गलाई स्थूल देह वा 'म' मान्न छोड्न थाल्छ। यो एक असाधारण क्रान्तिको क्षण बन्छ। यस्तो स्थितिमा तपाईं यस देहलाई अनित्य हो भन्ने घोषणा गर्नुहुन्छ। तपाईं यस क्षणमा 'देह अनित्य हो' भन्ने निश्चय गर्नुहुन्छ वा घोषणा गर्नुहुन्छ। यस्तो घोषणा कुनै बौद्धिकरूपमा गरिएको 'देह अनित्य हो' रूपी घोषणा नभई कायानुपश्यना साधनाबाट प्रामाणिकरूपमै तपाईंले प्राप्त गर्नुभएको ज्ञान (प्रज्ञा) हुन्छ।

यसरी देह अनित्य हो भन्ने बोध प्राप्त भएपश्चात् पनि जब तपाईं साधनालाई निर्वाण प्राप्त नभएसम्म निरन्तरता दिइरहनुहुन्छ तब साधनाको निरन्तरतासँगै तपाईंमा यो अनित्य बोध भाव झन झन् पुष्ट हुँदै जान्छ। जब यो अनित्य बोध भाव पुष्ट हुँदै जान्छ तब तपाईंमा एकअर्को असाधारण भावको जन्म हुन्छ। त्यो हो अनात्मबोध। अनात्मबोध नै मूल अविद्या मानिएको 'म' भाव नष्ट हुन प्रारम्भ भएको निर्वाण साधनाको अन्तिम र असाधारण क्षण हो। यही हो आध्यात्मिक क्रान्तिको मूल क्षण। यो निर्वाण क्षेत्रको अन्तिम खुड्किलो पनि हो।

एघारौँचरण :- अनात्म बोध (अहं रूपी 'म', 'मेरो' भावको नाश अथवा 'म देह होइन' भन्ने भावको प्रामाणिक ज्ञान प्राप्त हुनु।

जबसम्म मानिसमा देहबुद्धिजनित 'म' र 'मेरो' आदि भाव नष्ट हुँदैन त्यो स्थितिसम्म मानिसमा भोक्ताभाव उपस्थित भइरहने हुनाले निर्वाण प्राप्त गर्न सक्दैन। त्यसैले निर्वाण प्राप्तिका लागि यो 'म' वा अहंरूपी मूल अज्ञान नष्ट हुन अत्यन्त आवश्यक छ भन्ने तथ्यमा संसारका सम्पूर्ण मोक्ष शास्त्र एक मत छन् तर जब 'म' भाव नाशको प्रश्न उठ्छ, तब अर्को महत्वपूर्ण प्रश्न खडा हुन्छ भने कसरी यो 'म', वा मूल अविद्या नष्ट हुन्छ ?

निर्वाण साधनाको यस गहन वा केन्द्रिय प्रश्नमा अन्य मोक्ष साधनाविधि अस्पष्ट छन् वा मौन छन्। कैयौँ धर्म, ईश्वर, गुरु, दर्शन आदिसँग जोडिएका सम्प्रदाय वा धार्मिक मतहरू यो 'म' भाव वा मूल अज्ञानलाई ईश्वरकृपा, गुरुकृपा, तारक ब्रह्मा आदिद्वारा मात्र नाश गर्न सकिन्छ भन्ने विश्वास गर्दछन् तर भगवान् बुद्धद्वारा प्रतिपादित यस विपश्यना साधनामा 'म' भाव नष्ट गर्ने साधना प्रक्रिया स्पष्ट छ। त्यति मात्र होइन प्रामाणिक पनि छ, वैज्ञानिक पनि छ, साधनाद्वारा नै प्राप्य छ, जसलाई निम्नानुसार केलाउन सकिन्छ।

जब विपश्यना साधनामा तपाईं (माथि व्याख्या गरिएका विपश्यना साधनाका अनेक चरण पार गरेपश्चात् "देह अनित्य हो" भन्ने प्रामाणिक बोध गर्नुहुन्छ, यो पञ्चस्कन्ध तरङ्गैतरङ्ग मात्र हो भने स्पष्ट बोध प्राप्त गर्नुहुन्छ, तपाईं यस तरङ्गका पुञ्जरूप देहमा 'म' र 'मेरो' भन्नुपर्ने कुनै वस्तुको उपस्थिति देख्न असमर्थ रहनुहुन्छ। क्षण भङ्गुर तरङ्गलाई कसरी 'म' र 'मेरो' भन्ने ? यस्तो अवस्थामा तपाईं द्विविधामा पर्न सक्नुहुन्छ तर द्विविधामा पर्नुपर्दैन। यस साधनामा तपाईंमा रहेको 'म' र 'मेरो' भन्ने भाव (मूल अज्ञान, मूल अविद्या) शनैःशनैः पग्लँदै जान थाल्छ। जतिजति तपाईंको मूल अविद्या पग्लँदै जान थाल्छ तपाईंलाई स्वयंको यथार्थ स्वरूप झन्झन् स्पष्ट हुँदै आउँछ।

अनित्य बोधबाट अनात्मबोधसम्मको साधना यात्रामा होसियार हुनुपर्ने तथ्य के छ भने जब तपाईंलाई यो देह र चित्तको क्षेत्र तरङ्गैतरङ्ग



मात्र हो भन्ने बोध प्राप्त हुन्छ यसपश्चात् पनि जन्म-जन्मान्तरदेखि अवचेतन मनले 'म' भावलाई दह्रोसँग समाउँदै आएकाले यो 'म' भाव सहजै नाश हुँदैन। 'म' नाश हुनु भनेको मेरो अस्तित्व सधैँको लागि नष्ट हुनु हो भन्ने भय र डर अवचेतन मनमा छिपेका कारण अवचेतन मनले यो 'म' र 'मेरो' भावलाई समाइरहन्छ। साधनाको यस्तो अवस्थामा तपाईंले देहलाई परमाणुको तरङ्गैतरङ्गको रूपमा बोध गरे पनि 'म' भाव नाश हुँदैन। त्यसैले साधनाको लामो समयसम्म साधकमा अनित्यबोध र म बोध पनि सँगसँगै चलिरहन्छन्।

जब तपाईं निर्वाण पदलाई प्राप्त गरेरै छाड्ने लक्ष्य लिनुहुन्छ, साधनामा झन्झन् आतापी स्मृतिवान्, संप्रज्ञानी बनिरहनुहुन्छ, साधनालाई निरन्तरता दिइरहनुहुन्छ, शनैःशनैः तपाईंको म भाव पनि पग्लँदै जान्छ शनैःशनैः अहंरूपी अनात्मबोध, ममत्वबोध, अहंबोध, मबोध, मेरो बोध पनि सम्पूर्णरूपमा विलय भएर जान्छ। यस्तो स्थितिमा तपाईंले 'म देह होइन' भन्ने स्पष्ट बोध प्राप्त गर्नुहुन्छ। यस क्षणमा तपाईंको अवचेतन मनले 'म देह होइन' भन्ने सत्यलाई स्वीकार गर्दछ र 'म देह होइन' भनेर घोषणा गर्नुहुन्छ।

यस्तो अवस्थामा जब तपाईं 'म देह होइन' भनेर घोषणा गर्नुहुन्छ, यो कुनै श्रुतज्ञानमा आधारित अनुभव विहीन बौद्धिक घोषणा वा मिथ्या घोषणा हुँदैन। यो विपश्यना साधनाको लामो साधना प्रक्रियाद्वारा तपाईंले स्पष्टरूपमा प्राप्त गर्नुभएको प्रामाणिक अनुभूति हुन्छ। स्मरणरहोस् वर्तमान समयमा गुरुहरू वा साधकहरू 'म देह होइन' 'म आत्मा हो' भन्ने घोषणा त गर्दछन् तर त्यो घोषणा विपश्यना साधनाका बाह्र चरणबाट गुज्रिएर प्राप्त प्रामाणिक घोषणा नभई एक भ्रमपूर्ण घोषणा हो, मात्र श्रूतज्ञान हो।

बाह्रौँचरण :- स्पष्ट निर्वाण अनुभूति, स्पष्ट शाश्वत, इन्द्रियातीत क्षेत्रको अनुभूति।

जब तपाईंमा विपश्यना साधनाको दीर्घकालीन साधनाद्वारा अथवा कायको बाह्य क्षेत्रमा संवेदना उत्पन्न भएको प्रथम चरणबाट साधनाका एघार चरणबाट गुज्रिँदै अन्ततः म भाव नाश हुन्छ, यही नै निर्वाणको स्थिति हो।

यस अवस्थामा तपाईंमा 'म' अनुपस्थित भई मात्र दर्शन, मात्र ज्ञान, मात्र बोध शेष रहन्छ। यस निर्वाण अवस्थामा तपाईंको स्मृति (चेतना, जागरुकता) यही स्वयंको यो (दर्शन) वा स्वरूपमा प्रतिष्ठापित (स्थिर) हुन पुग्छ। यस्तो स्थितिमा द्रष्टा रहँदैन मात्र दर्शन रहन्छ। यस स्थितिमा तपाईं इन्द्रियातीत क्षेत्रमा प्रवेश गर्नुहुन्छ। इन्द्रियका क्षेत्रभन्दा बाहिरको क्षेत्र भएकाले यस इन्द्रियातीत अनुभूतिलाई शब्दमा व्याख्या गर्न सकिन्न। जब निर्वाणको स्थिति प्राप्त हुन्छ तब तपाईं लोक (काय) मा अनाश्रित भएर वा आश्रय नलिइकन विचरण गर्न थाल्नुहुन्छ। यस्तो निर्वाणको स्थितिमा तपाईं लोक (काय) मा केही ग्रहण गर्नुहुन्न। दीर्घसाधनाद्वारा चित्त समभावी भएकाले चित्तले प्राकृतिकरूपमा संवेदनाहरूलाई भोग गर्दैन। तपाईं पञ्चस्कन्धभन्दा बाहिरको शाश्वत, सत्य, ध्रुव, इन्द्रियातीत क्षेत्रको परम अनुभूति, परमशान्ति, परमआनन्द, परमतृप्तिले ओतप्रोत रहनुहुन्छ। संसारका सम्पूर्ण विषय छुटेकाले परमस्वतन्त्र स्थितिमा रहनुहुन्छ। मात्र एक द्रष्टा वा चेतन तत्वको रूपमा रहनुहुन्छ। यही नै दुःख निरोध वा निर्वाणको स्थिति हो।

स्मरणरहोस् साधनाद्वारा निर्वाणको यस स्थितिमा पुगेका पुरुष स्पष्टरूपमा पञ्चस्कन्धप्रतिको आशक्ति ('म' प्रति आशक्ति) नै दुःख हो भन्ने तथ्यप्रति पूर्णतः जानकार हुन्छ, जसलाई 'दुःखको दर्शन' पनि भनिन्छ।

धर्मचक्र साधना वा विपश्यना साधनाद्वारा निर्वाण प्राप्त गर्न कति समय लाग्छ

जब तपाईं विपश्यना साधनामा प्रवेश गर्नुहुन्छ, एक साधकको रूपमा तपाईंका मनमा स्वभाविकरूपले के प्रश्न उठ्न सक्छ भने विपश्यना साधनाबाट निर्वाण प्राप्त गर्न कति समय लाग्छ ? निर्वाण प्राप्तिका लागि तपाईंलाई कति समयावधि लाग्छ ? तर यो त्यस्तो प्रश्न हो, जसलाई संसारमा कसैले पनि स्पष्टरूपमा ब्याख्या गर्न सक्दैन। यो यस्तो जटिल प्रश्न हो जुन स्वयं भगवान् बुद्धले पनि स्पष्ट उत्तर दिन सक्नुहुन्न। महासतिपट्ठान साधनामा भगवान्का यी शब्दले पनि यसैलाई प्रष्ट पार्छ। यसबारे भगवान्ले महासतिपट्ठान सुत्तमा भन्नुभएको छ-



"यो हि कोचि, भिक्खवे, इमे चत्तारो सतिपट्ठाने एवं भावेय्य सत्तवस्सानि, तस्स द्विन्नं फलानं अञ्ञतरं फलं पाटिकङ्ख- दिट्ठेव धम्मे अञ्ञा; सति वा उपादिसेसे अनागामिता।"

अर्थात् भिक्षुहरू! जब कोही यी चार स्मृति प्रस्थानलाई यस प्रकार सात वर्ष भावना गर्दछ उसलाई यी दुई फलमा एक फल अवश्य प्राप्त हुनपर्छ! यही जन्ममा निर्वाणको साक्षात्कार वा उपाधि (मलीनता) शेष हुँदा अनागामी भाव।

"तिट्ठन्तु, भिक्खवे, सत्तवस्सानि। यो हि कोचि, भिक्खवे, इमे चत्तारो सतिपट्ठाने एवं भावेय्य छ वस्सानि... पे०... पञ्च वस्सानि....चत्तारि वस्सानि ...तीणि वस्सानि...द्वे वस्सानि... एकं वस्सं... तिट्ठतु, भिक्खवे, एकं वस्सं। यो हि कोचि, भिक्खवे, इमे चत्तारो सतिपट्ठाने एवं भावेय्य सत्तमासानि, तस्स द्विन्नं फलानं अञ्ञतरं फलं पाटिकन्नं- दिट्ठवे धम्मे अञ्ञा; सति वा उपादिसेसे अनागामिता।"

अर्थात् छोडिदेऊ भिक्षुहरू! सात वर्ष। जब कोही यी चार स्मृति प्रस्थानलाई छ वर्ष भावना गर्दछ, पाँच वर्ष भावना गर्दछ, चार वर्ष भावना गर्दछ, तीन वर्ष भावना गर्दछ, दुई वर्ष भावना गर्दछ, एक वर्ष भावना गर्दछ उसलाई यी दुई फलमा एक फल अवश्य प्राप्त हुनुपर्छ। यही जन्ममा निर्वाण साक्षात्कार वा उपाधि शेष हुँदा अनगामी भाव।

"तिट्ठन्तु, भिक्खवे, सत्त मासानि। यो हि कोचि, भिक्खवे इमे चत्तारो सतिपट्ठाने एवं भावेय्य छ मासानि...पे०... पञ्च मासानि... चत्तारि मासानि.... तीणि मासानि...द्वे मासानि... एकं मासं... अड्ढमासं....तिट्ठतु, भिक्खवे, अठ्ठमासो। यो हि कोति, भिक्खवे, इमे चत्तारो सतिपट्ठाने एवं भावेय्य सत्ताहं, तस्स द्विन्नं फलानं अन्तरं फलं पाटिकन्नं - दिठ्ठवे धम्मे अञ्ञा सति वा उपादिसेसे अनागामिता"ति।"

अर्थात् छाडी देऊ भिक्षुहरू! सात महिना। जब कोही यी चार स्मृति प्रस्थानलाई यस प्रकार छ महिना भावना गर्दछ, पाँच महिना भावना गर्दछ, चार महिना भावना गर्दछ, तीन महिना भावना गर्दछ, दुई महिना भावना गर्दछ, एक महिना भावना गर्दछ, पन्ध्र दिन भावना गर्दछ। छाडी देऊ भिक्षुहरू पन्ध्रदिन। जब कोही यी चार स्मृति प्रस्थानलाई सात दिन

भावना गर्दछ उसलाई यी दुई फलमा एक फल अवश्य प्राप्त हुनुपर्छ। यही जन्ममा निर्वाणको साक्षत्कार वा उपाधि शेष हुँदा अनागामी भाव।

भगवान्‌का यी वचनबाट यो निस्कर्ष निकाल्न सकिन्छ कि साधकको आध्यात्मिक पात्रत्व, पूर्वजन्मदेखि सङ्ग्रहित पारमिता (आध्यात्मिक सम्पदा) हरू हुन् साधकको विधिपूर्वक विपश्यना साधनालाई उतार्ने क्षमता (स्मरणरहोस् विपश्यना साधनालाई विधिपूर्वक साधनामा उतार्नुको अर्थ "चौवीसै घण्टा" साधनामा आतापी, स्मृतिवान् र संप्रज्ञानी रहनु हो) आदिले निर्धारण गर्दछ। निर्वाण प्राप्तिका लागि छोटो समयदेखि वर्षौंसम्म पनि लाग्न सक्छ।

जब निर्वाण प्राप्तिसम्बन्धी समयावधिको चर्चा चल्छ तब यस सम्बन्धमा अत्यन्त सुन्दर पक्ष के देखिन्छ भने धम्म वा प्रकृतिका शाश्वत नियम क्रियाशीलताका कारण जीवनसत्तामा रोपिएका साधना संस्कारका बीज नाश नहुने, मृत्युपश्चात् पनि ती साधना संस्कारले चित्तधारा सँगसँगै यात्रा गरिरहने, साधना संस्कारहरूकै कारण मृत्युपश्चात् पनि साधकले उच्च लोकहरू प्राप्त गर्ने, पुनर्जन्म प्राप्त भएपश्चात् पनि साधकले पुनः साधनामा प्रवेश गरी निर्वाण प्राप्तिको यात्रालाई निरन्तरता दिइरहने जस्ता कारणले गर्दा आफ्नै जीवनसत्तामा रोपिएका साधनाका संस्कारबीज कहिल्यै खेर जादैनन्। अन्ततः यिनै साधना संस्कारबीजहरू नै तपाईंको जीवनको वास्तविक मित्र बनी सदैव तपाईंको कल्याण गरिरहन्छन्। यिनै विविध कारणले काम गर्ने हुँदा निर्वाणप्राप्तिको समयबारे यसै भन्न नसकिने अवस्था सिर्जना भएको हो।







परिशिष्टः

धम्म वा प्रकृतिका ६ श्वाशत नियमहरू

जब भगवान्‌ले निर्वाण प्राप्त गर्नुभयो, तत्पश्चात भगवान्‌ले बन्धन र निर्वाणको केन्द्रमा धम्म वा प्रकृतिको प्रतीत्य समूत्पाद नामक श्वाशत नियम छिपेको स्पष्ट बोध गर्नुभयो। प्रतीत्य समूत्पादको यो श्वाशत नियमले कसरी संस्कार (संवेदना भोग गर्ने स्वभाव) विज प्राप्त गर्दा बन्धन (वा दुखचक्र, लोकचक्र र भवचक्र) र प्रकृतिको यही श्वाशत नियमले सम वा शुद्ध चित्त (संवेदना भोग नगर्ने स्वभाव) को विज प्राप्त गर्दा धर्मचक्र वा निर्वाण चक्र उत्पन्न गर्दछ ? को स्पष्ट बोध प्राप्त गर्नुभयो। जून प्रतीत्य समूत्पादको अनुलोम सत्य र प्रतिलोम सत्यको रुपमा प्रसिद्ध छ। यसको व्याख्या अध्याय दुईमा गरिसकिएको छ।

भगवान् स्वयंले यसरी संस्कार (बन्धन) र निर्वाण सम्पूर्ण रुपमा प्रकृतिको 'प्रतित्य समूत्पाद' नामक श्वाशत नियमको को कारण उत्पन्न हुने परिणामहरू हुन् भनेर स्पष्ट रुपमा व्याख्या गर्दा पनि वर्तमान समयमा कैयन निर्वाण साधनाका साधकहरू प्रतित्य समूत्पाद भन्ने 'शब्द' सँग नै परिचित छैनन। अन्य कैयन साधकहरू छन्, जो प्रतित्य समूत्पाद शब्द सँग त परिचीत छन्, तर ति साधकहरू पनि प्रतित्य समूत्पाद भनेको प्रकृतिको श्वाशत नियम हो भनेर बुझ्न असमर्थ छन्।

प्रतित्य समूत्पाद के हो ? भनेर बुझ्न असमर्थ भएको कारण वा प्रतित्य समूत्पाद प्रकृतिको श्वाशत नियम हो भनेर बुझ्न असमर्थ भएको कारण नै कैयन बुद्ध साहित्यमा प्रतीत्य समूत्पादलाई 'दर्शन' पनि भनिएको पाइन्छ। जून नितान्त भ्रामक छ। भगवान् बुद्ध सम्यक सम्बुद्ध हुनुहुन्छ। यो जगतमा जति पनि सम्यक सम्बुद्धहरू जन्मीन्छन्, ति सत्यज्ञाता

सम्यक सम्बुद्धहरू कुनै काल्पनिक सिद्धान्त, दर्शन, मत आदिहरू प्रतिपादन गर्दैनन्। सम्यक सम्बुद्धहरू मात्र सत्यहरूलाई पहिल्याएर तिनै सत्यहरूलाई प्रकाश पार्दछन्। भगवान्ले प्रतीत्य समूत्पाद वा धम्मका नियमहरूको व्याख्यामा भगवान्ले मानिसमा छिपेको प्रकृतिका यिनै सत्य नियमहरू माथि प्रकाश गर्नुभएको छ। भगवान्ले कुनै काल्पनिक दर्शनको प्रतिपादन गर्नुभएको छैन।

के बन्धन र मोक्षको पछाडि मात्र धम्म वा प्रकृतिको एक मात्र श्वाशत नियम क्रियाशील छ ?

जब भगवान् बुद्ध बन्धन र निर्वाणको पछाडी प्रतित्य समूत्पादको श्वाशत नियम क्रियाशील रहेको सत्यलाई प्रकाश पार्नुहुन्छ, एक प्रश्न स्वाभाविक रुपमा उठ्छ कि के मानिसको जीवनमा प्रकृतिको यो एक श्वाशत नियम मात्र क्रियाशील छ ? कि मानिसको जीवन सत्तामा प्रकृतिका अन्य श्वाशत नियमहरू पनि क्रियाशील छन् ? यो तथ्यलाई गहिराईमा बुझ्न तपाईंले सर्वप्रथम स्वयंको जीवनमा घटीत भइरहेका अनेकन् अदृश्य क्रियाहरूलाई सूक्ष्म रुपमा अवलोकन गर्न आवश्यक छ।

स्वयंको जीवनमा छिपेको श्वाशत नियमको क्रियाशीलतालाई अवलोकन गर्नुहोस्

जब तपाईं स्वयंको जीवनलाई गहिरिएर अवलोकन गर्नुहुन्छ, तपाईं स्वयंको जीवनमा असंख्य (अरबौ) संस्कारहरू संग्रह भएको देख्नुहुन्छ, यो क्षणमा प्रश्न उठ्दछ कि आखीर तपाईंको जीवनमा कसरी वा के कारणले गर्दा यि असंख्य संस्कारहरूको उत्पति र संग्रह भयो ? के तपाईंमा यी संस्कारहरूको उत्पति, संग्रह आदि अकारण भएको होला की यो संस्कारहरूको उत्पति, संग्रह आदिको पछाडी धम्म वा प्रकृतिको कुनै श्वाशत नियम छिपेको छ होला ?

त्यस्तै जब तपाईं कुनै विषयलाई बारम्बार भोगीरहनुहुन्छ, तपाईंको साधारण विषय भोग (विषय संवेदना भोग) संस्कार विस्तारीत हुँदै गएर विषय आशक्तीमा परिणत हुन पुग्दछ। विषय प्रतिको आशक्ति पनि विस्तारीत भएर तपाईंको गुण (प्रकृति, धर्म, स्वभाव आदि) मा परिवर्तन हुनपुग्दछ। पुन प्रश्न उठ्छ कि कसरी एक साधारण विषय संस्कार

विषय आशक्ती वा गुणमा परिणत हुन्छ ? के यो विषय आशक्ती वा गुण विकास प्रक्रियाको पछाडी प्रकृतिको कुनै श्वाशत नियम छिपेको हुनसक्दछ ? कि तपाईंको यो विषय प्रतिको आशक्ती वा गुणको विकास पनि अकारण घटीत भइरहेको छ होला ?

त्यस्तै जब कुनै एक साधारण संस्कार विस्तारीत भएर तपाईंको गुण बन्दछ। तपाईंमा यो गुण स्वत प्रकट भइरहन्छ। तपाईंमा गुण अनुरुप नै प्रतिक्षण विचारहरू उत्पन्न भइरहन्छन्। कर्महरू घटीत भइरहन्छन्। प्रश्न उठ्छ कि तपाईं (मानिस) मा गुण किन स्वतः प्रकट हुन्छ ? किन तपाईंमा गुण अनुरुप विचारहरू, कर्महरू घटीत हुन्छन ? के यो गुण प्रकटीकरण पछाडी धम्म वा प्रकृतिको श्वाशत नियम छिपेका हुनसक्दछ ? कि यो गुण प्रकटीकरण पनि अकारण घटीत भइरहेका छ होला ?

त्यस्तै जब तपाईंमा कुनै गुणको विकास हुन्छ, तपाईं स्वतः सजातिय गुण भएका विषयहरू वा व्यक्तिहरू तर्फ आर्कषीत हुनुहुन्छ साथै तपाईंको जस्तै सजातिय गुण भएका विषय वा व्यक्तिहरू पनि तपाईं प्रति स्वतः आर्कीषित हुनछन् ? सजातिय गुणहरू भएका विषयहरू र व्यक्तिहरू एक अर्काप्रति किन आर्कषीत हुन्छन् ? के यो अकारण घटीत हुन्छ कि प्रकृतिको कुनै श्वाशत नियम यो सजातिय गुण आर्कषणको पछाडी छिपेको हुन सक्दछ ?

के तपाईंले माथि व्याख्या गरिएका प्रक्रियाहरू जसले तपाईंको जीवनलाई गहिराईमा प्रभावीत पारीरहेको छ। जसले तपाईंको जीवनको प्रतिक्षणको दुख, सुखलाई प्रभावित पारिरहेको छ। के तपाईंले यि अदृश्य जीवन प्रक्रियाहरूलाई बोध गर्नुभएको छ ? के तपाईंले स्वयंको जीवनमा जे जे आन्तरीक वा बाह्य परिणामहरू प्राप्त भएका छन् ति किन वा कसरी प्राप्त भए भनि अवलोकन चिन्तन आदि गर्नुभएको छ ?

मानिसको जीवनमा जून संस्कार विज संग्रह, संस्कार विज विस्तार, गुण विकास, गुण प्रकटीकरण, गुण आर्कषण आदिको जून अदृश्य प्रक्रिया चलीरहेको छ, तपाईं यि प्रक्रियाहरूलाई विपश्यना साधनामा पनि स्पष्ट रुपमा देख्न सक्नुहुन्छ।

विपश्यना वा धर्मचक्र साधनामा श्वाशत नियमको क्रियाशीलतालाई बोध गर्नुहोस् ।

जब तपाईं विपश्यना वा धर्मचक्र साधनामा प्रवेश गर्नुहुन्छ, तपाईंमा साधना संस्कारको जन्म हुन्छ। चित्तमा समभावको उत्पत्ति हुन्छ। जब तपाईं साधनालाई निरन्तरता दिइरहनुहुन्छ, शनै शनै विपश्यना साधना नै तपाईंको गुण बन्दछ। यो साधना गुण बारम्बार 'स्वत प्रकट' हुँदा बारम्बार तपाईं साधनामा प्रवेश गर्नुहुन्छ। स्वतः सजातिय गुण भएका व्यक्तिहरू वा विषयहरू प्रति आर्कषित हुन थाल्नुहुन्छ। शनै शनै यहि साधना प्रक्रियाद्धारा चित्तका संस्कारहरूलाई नाश गर्दै तपाईं सोतापन्ना, सकृदागामी, अनागामी र अरहंत अवस्था प्राप्त गर्नुहुन्छ। शुद्ध चित्त स्थिति वा निर्वाण प्राप्त गर्नुहून्छ।

यो स्थितिमा पनि प्रश्न उठ्दछ कि तपाईंमा साधना संस्कारको उत्पत्ति कसरी हुन्छ ? तपाईंको चित्तमा समभावको संस्कारको कसरी उत्पत्ति हुन्छ ? कसरी तपाईंको प्रथम साधना संस्कार विस्तारीत भएर साधना गुणमा परिवर्तन हुन्छ ? किन तपाईंको साधना गुण प्रकट हुन्छ ? वा किन तपाईं पुनः पुनः साधनामा प्रवेश गर्नुहुन्छ ? कीन वा कसरी चित्तका संस्कारहरू नष्ट भएर शुद्ध समभावी चित्त स्थिति उत्पत्ति हुन्छ ?

माथि व्याख्या गरिएका परिणामहरू कुनै एक विपश्यी साधकले मात्र प्राप्त गर्दैन, विधिपूर्वक विपश्यना साधना गर्ने प्रत्येक साधकले अन्ततः यिनै परिणामहरूनै प्राप्त गर्दछन्। यो स्थितिमा पनि प्रश्न उठ्दछ कि आखीर किन साधनामा प्रवेश गर्ने 'प्रत्येक' साधकमा साधना विज संग्रह, साधना विज विस्तार, साधना गुण प्रकटीकरण, सजातिय गुण भएका विषयहरू वा व्यक्तिहरू प्रति आर्कषण, संस्कार उच्छेद, चित्त शुद्धी र अन्ततः निर्वाण प्राप्ती आदि परिणामहरू यी 'अकाट्य' वा समान रुपमा प्राप्त हुन्छ ? के यो प्रत्येक साधकले प्राप्त गर्ने अकाट्य समान परिणामहरूको पछाडी प्रकृतिका श्वाशत नियमहरू छिपेका छन् ? कि यि परिणामहरू पनि अकारण रुपमा नै प्राप्त भएका छन् ? यदि यि परिणामहरू अकारण प्राप्त भएका छन् भने किन प्रत्येक साधकले प्राप्त गर्ने परिणामहरू समान छन् ?



यो अत्यन्त दुर्भाग्यपूर्ण छ की वर्तमान समयमा पनि बन्धन र निर्वाणको मूल कारण प्रकृतिका यिनै श्वाशत नियमहरूको रहस्यलाई बुझ्न नसकी असंख्य साधकहरू निर्वाण प्राप्तीको नाममा अनेकन् कर्मकाण्डीय साधना विधिहरूमा अल्झीरहेका छन् । अनेकन् सम्प्रदायहरू, गूरुहरू, मालाहरू, आभूषणहरू, मतहरू, दर्शनहरू ग्रहण गरीरहेका छन् । प्रकृतिका श्वाशत नियमहरू (स्मरण रहोस्- तपाईं यि प्रकृतिका श्वाशत नियमहरूलाई ईश्वरको नियम पनि भन्न सक्नुहुन्छ) लाई बुझ्न असमर्थ भई 'मोक्ष वा निर्वाण' शब्दको वरीपरी कर्मकाण्डको यति डरालाग्दो पहाड खडा गरेका छन् कि प्रकृतिकै श्वाशत नियमहरू कै कारण साधकहरू निर्वाण विपरीत परिणामहरू प्राप्त गरीरहेका छन्। यसैले निर्वाण साधनाका गम्भीर साधकहरूले बन्धन र मोक्षको केन्द्रमा अवस्थित धम्म वा प्रकृतिका ६ श्वाशत नियमहरूसँग पूर्ण परिचित हुन अत्यन्त आवश्यक छ ।

प्रश्न उठ्छ के हुन् धम्म (प्रकृति) का नियमहरू ?

यदि तपाईं प्रतिक्षण यो जगतका प्रत्येक मानिसमा घटीरहेका (माथि व्याख्या गरिएका) संस्कार विज उत्पत्ति, संस्कार विज विस्तार, गुण विकास, गुण प्रकटीकरण, विज अनुरुपको गुण उच्छेद फल आदि प्रक्रियाहरू अकारण घटीरहेका छैनन् (वा कुनै कारण घटीत भइरहेका छन्) भन्ने तथ्यलाई स्वीकार गर्नुहुन्छ भने वा प्रतित्य समूत्पादको नियमले संस्कार विज प्राप्त गरी दुखचक्र वा निर्वाण चक्र उत्पन्न गर्नलाई प्रकृतिका अन्य श्वाशत नियमहरूको पनि सहयोग वा क्रियाशीलता आवश्यक पर्दछ भन्ने तथ्यलाई स्वीकार गर्नुहुन्छ भने यो क्षणमा एक महत्वपूर्ण प्रश्व उठ्दछ की आखीर प्रकृतिका अन्य श्वाशत नियमहरू के के हुन् ? प्रकृतिका यि श्वाशत नियमहरूको कार्यहरू वा भूमीकाहरू के के हुन् ?

जब तपाईं भगवान् बुद्धका बचनहरूको संग्रह त्रिपीटकलाई गहिरिएर अध्ययन गर्नुहुन्छ, तपाईं भगवान् बुद्धले व्याख्या गर्नुभएका प्रकृतिका विभिन्न श्वाशत नियमहरूलाई विभिन्न स्थानहरूमा देख्न सक्नुहुन्छ। भगवान्ले प्रकृतिका यि श्वाशत नियमहरूलाई कतै 'प्रत्यक्ष' कतै 'अप्रत्यक्ष' र कतै 'सांकेतिक' रुपमा व्याख्या गर्नुभएको छ। भगवान् बुद्धका वचनहरूलाई गहीरीएर अध्ययन गर्दा मानिसको जीवनसत्तामा

प्रकृतिका ६ वटा श्वाशत नियमहरू क्रियाशील भएको तथ्य स्पष्ट रुपमा देख्न सकिन्छ। भगवान् बुद्धले (प्रत्यक्ष, अप्रत्यक्ष, सांकेतिक) रुपमा व्याख्या गर्नुभएका धम्म वा प्रकृतिका छ श्वाशत नियमहरू यस प्रकार छ।

१.संस्कार वा वीज संग्रहको नियम

२.संस्कार वा वीज विस्तारको नियम

३.संस्कार वा गुण प्रकृटिकरणको नियम

४.संस्कार वा गुण आकर्षणको नियम

५.प्रतित्य समुत्पाद वा कारण कार्य कारण नियम

६.संस्कार वा गुण उच्छेदको नियम

संस्कार वा विज संग्रहको श्वाशत नियम

संस्कार वा विज संग्रहको नियम तपाईंमा चित्तमा छिपेको प्रकृतिको त्यो श्वाशत नियम हो, जुन नियमले तपाईंको मनमा उत्पन्न भएका प्रत्येक विचार, भाव, कल्पना, स्मृति, क्रिया, प्रतिक्रिया आदिलाई संस्कारको रुपमा संग्रह गर्दछ। यो नियमले देहका प्रत्येक कण कणमा प्रतिक्षण प्रकट भइरहेका अनेकन् प्रकारका प्रकटीकरणहरू देखी लिएर तपाईं कसरी बोल्नुहुन्छ, सोच्नुहुन्छ, हिड्नुहुन्छ, बस्नुहुन्छ, सुत्नुहुन्छ, आदि जस्ता देह र मनका सम्पूर्ण क्रियाहरूलाई पनि संग्रह गर्दछ। सारासंमा यो नियमले तपाईंको मन र कायामा जे प्रकट भइरहेको छ, ति सम्पूर्णलाई "समानान्तर" रुपमा संग्रह गर्दछ। यहि कारण गर्दै जाने यो समयको धारामा तपाईंमा असंख्य (अरबौं) संस्कारहरू संग्रह हुनपुग्दछन्।

यद्धपि तपाईंको जीवनमा अनेकन् प्रकारका असंख्य संस्कारहरू संग्रह भएका छन्, साधनाको मोक्ष दृष्टीले तपाईंमा संग्रहीत सम्पूर्ण संस्कारहरू 'सम वा बराबर' महत्वका छैनन्। **मोक्ष साधनाको दृष्टीले मूलतः तपाईंको चित्तको विषयहरूबाट उत्पन्न सुखद् दुखद् संवेदनाहरूलाई भोग गर्ने संस्कारहरू मात्र महत्वपूर्ण छ।** विपश्यना साधनामा तपाईंले नष्ट गर्न प्रयास गर्नु भएको संस्कार पनि चित्तको यहि संवेदनाहरू भोग



गर्ने संस्कार नै हो । यसर्थ मोक्ष साधनाको संसारमा जब संस्कार भनिन्छ, यो शब्दले मूल रुपमा विषयबाट उत्पन्न हुने संवेदनाहरूलाई भोग गर्ने चित्त स्वभावलाई जनाउँदछ भन्ने तथ्यमा साधकहरू स्पष्ट हुन अत्यन्त आवश्यक छ ।

संस्कार वा विज संग्रहको नियमको अर्को भयावह पक्ष के छ भने जब यो नियमद्वारा तपाईंको चित्तमा संस्कारहरू संग्रह हुन्छ, यहि श्वाशत नियमको कारण यि संस्कारहरू वर्तमान जीवनमा मात्र नभई मृत्युपश्चात पनि तपाईंमा सूरक्षीत रहन्छन् । जसको कारण प्रतित्य समूत्पादको नियमले संस्कार विज प्राप्त गरी मृत्युपश्चात तपाईंमा अन्तहीन लोकचक्र, भवचक्र आदि उत्पन्न हुनपुग्दछ ।

संस्कार वा विज संग्रह नियमको अत्यन्त सुन्दर पक्ष के छ भने जब तपाईं विपश्यना साधनामा प्रवेश गर्नुहुन्छ, जब तपाईं काया र चित्तमा उत्पन्न भइरहेका संवेदनाहरू प्रति समभावी बन्न चित्तलाई प्रसीक्षण दिनुहुन्छ, त्यो क्षणमा धम्मको यहि श्वाशत नियमको कारण तपाईंको चित्तमा संवेदनाहरू प्रतिको समभावको संस्कार विज पनि संग्रह हुनपुग्दछ, अन्ततः संवेदनाहरू प्रतिको यहि चित्तको समभावी विजको कारण तपाईंमा धर्मचक्रको उत्पति हुनपुगी तपाईंमा निर्वाणको लागि पृष्ठभूमी तयार हुनपुग्दछ । स्मरण रहोस्- प्रकृतिको यो श्वाशत नियमलाई प्रयोग गरेर तपाईं स्वयंको जीवनमा कुनै (वैभव, प्रेम, शान्ती, स्वास्थ वा अन्य कुनै पनि प्रकारका सांसारीक सफलताहरू पनि हाँसील गर्न सक्नुहुन्छ ।)

भगवानले त्रिपीटक मूलतः धम्म पदमा प्रकृतिको यो शाश्वत नियमको प्रत्यक्ष, अप्रत्यक्ष वा सांकेतिक रुपमा व्याख्या गर्नुभएको छ । धम्मपदमा उल्लेख गरीएका संस्कार वा विज संग्रहका श्वाशत नियमका केही उदाहरणहरू तल राखीएका छन् ।

मनोपुब्बंगमा धम्मा, मनोसेट्ठा मनोमयाः ।
मनसा चे पदुट्ठेन, भासति वा करोति वा ।
ततो नं दुक्खमन्वेति, चक्कं व वहतो पदं ॥१॥

मन नै सबै प्रवृतिहरूको अगुवा र प्रधान हो । सबै कुरा मनबाटै उत्पन्न हुन्छन् । यदि कसैले दुषित मनले केही कुरा बोल्छ वा कुकर्म गर्दछ

भने त्यस्तालाई (**संस्कार वा विज संग्रहको नियम**)को कारण लडियाको पाङ्ग्रोले गाडा तान्ने गोरुको खुट्टालाई पछ्याए जस्तै दुःखले अनुसरण गरिरहन्छ । वा

मनोपुब्बंगमा धम्मा, मनोसे√ा मनोमया ।
मनसा चे पसन्नेन, भासति वा करोति वा ।
ततो नं सुखमन्वेति, छाया व अनपायिनी ॥२॥

मन नै सबै प्रवृतिहरूको अगुवा र प्रधान हो । सबै कुरा मनबाटै उत्पन्न हुन्छन् । यदि कसैले स्वच्छ र प्रसन्न मनले केही कुरा बोल्छ वा राम्रो काम गर्दछ भने त्यस्तालाई (**संस्कार वा विज संग्रहको नियम**)को कारण छाँयाले शरीरलाई पछ्याएजस्तै सुखले अनुसरण गर्दै साथ दिइरहन्छ ।

"अक्कोच्छि मं अवधि मं, अजिनि मं अहासि म" ।
ये च तं उपनय्हन्ति, वेरं तेसं न सम्मति ॥३॥

मलाई गाली/अपमान गऱ्यो, मलाई पिट्यो, मलाई जित्यो, मलाई लुट्यो, जसले यस्ता कुरा मनमा गाँठो पारेर राखिरहन्छन् उनीहरूको वैरभाव (**संस्कार वा विज संग्रहको नियम**को कारण) कहिल्यै शान्त र साम्य हुँदैन ।

मावमञ्ञेथ पापस्स, "न मन्तं आगमिस्सति" ।
उदबिन्दुनिपातेन, उदकुम्भो पि पूरति ।
बालो पूरति पापस्स, थोकंथोकम्पि आचिनं ॥१२१॥

'म पापमा रत छैन त्यसैले पाप मसँग आउने छैन भनेर कहिल्यै पनि पापको अवहेलना नगर्नू, जसरी पानीका थोपा-थोपा चुहेर पूरै गाग्री भरिन्छ, त्यसरी नै (**विज संग्रहको नियम**को कारण) थोरै थोरै पापको सञ्चय गर्दै जाँदा अज्ञानी पुन्यले भरिन्छ ।

मावमञ्ञेथ पुञ्ञसस, "न मन्तं आगमिस्सति" ।
उदबिन्दुनिपातेन, उदकुम्भो पि पूरति ।
पूरति धीरो पुञ्ञसस, थोकंथोकम्पि आचिनं ॥१२२॥



म पुण्यमा रत छैन त्यसैले पुन्य मसँग आउने छैन भनेर कहिल्यै पनि पुण्यको अवहेलना नगर्नू, जसरी पानीका थोपा-थोपा चुहेर पूरै गाग्री भरिन्छ, त्यसरी नै (**विज संग्रहको नियम**को कारण) थोरै थोरै पुण्यको सञ्चय गर्दै जाँदा ज्ञानी मानिस पुन्यले भरिन्छ।

किं ते जटाहि दुम्मेध, किं ते अजिनसाटिया।
अब्भन्तरं ते गहनं, बाहिरं परिमज्जसि ॥३९४॥

हे दुर्बुद्धि!, तिमीले लट्टा पालेर मात्रै के हुन्छ ? मृगको छालाले बनेका लुगा पहिरेर मात्रै के हुन्छ ? भित्र (**विज संस्कार संग्रह नियम**को कारण) फोहोरमैला जमेको छ भने बाहिर मात्रै धोई पखाली ठाँटिएर चम्केर के हुन्छ ?

परवज्जानुपस्सिस्स, निच्चं उज्झानसञ्ञिनो।
आवसा तस्स वड्ढन्ति, आरा सो आसवक्खया ॥२५३॥

अरुका दोष देख्ने र कोट्याइरहने तथा चुक्ली लगाउने चेतना भएका मानिसहरूको (**विज संग्रह नियम**को कारण) चित्तका मल कसरहरू बढ्दछन्। उसका वासनारुपी आश्रवहरूको विनाश त धेरै टाढाको कुरा हुन्छ।

यथापि मूले अनुपद्दवे दल्हे, छिन्नो पि रुक्खो पुनरेव रुहति।
एवं पि तण्हानुसये अनूहते, निब्बत्तती दुक्खम् इदं पुनप्पुनं ॥३३८॥

जसरी मूल जरोलाई नखल्बल्याईकन काटेको/ढालेको रुख फेरि पलाएर बढेर जान्छ, ठीक त्यसै गरी चित्त भित्र प्रसुप्त अवस्थामा रहेको (वा **विज संग्रहको नियम**को कारण संग्रहीत) तृष्णालाई जरैदेखि सखाप पारिएन भने बारम्बार दुक्ख उब्जदैं आइलाग्दै जान्छ र सताइरहन्छ।

न हि पापं कतं कम्मं, सज्जु खीरं व मुच्चति।
डहन् तं बालम् अन्वेति, भस्मच्छन्नो व पावको ॥७१॥

जसरी साजी दुध जम्न समय लाग्दछ। त्यसरी नै पाप कर्मले तुरुन्तै विकार पैदा गर्दैन। तर त्यो पापकर्म खरानी भित्र पुरिएको आगो (वा

संग्रहीत संस्कार विज) ले मूर्खको पछि पछि लागेर सन्ताप दिइरहन्छ।

न अन्तलिक्खे न समुद्दमज्झे, न पब्बतानं विवरं पविस्स।
न विज्जति सो जगतिप्पदेसो, यत्थट्ठितो मुच्चेय्य पापकम्मा ॥१२७॥

(**विज संग्रहको नियम**को कारण) न अन्तरिक्षमा, न समुन्द्रको बिचमा, न त पहाडका काप वा गुफामा छिरेर। संसारभरिमा त्यस्तो ठाउँ छैन जहाँ रहेर पापका कामबाट कोही बच्न सकोस्।

तसिणाय पुरक्खता पजा, परिसप्पन्ति ससो व बाधितो।
सञ्ञोजनसङ्गत्तका, दुक्खमुपेन्ति पुनप्पुनं चिराय ॥३४२॥

तृष्णाको पछि लाग्ने मानिस जालमा परेको (खोरमा थुनिएको) खरायो जस्तै बन्धन मै चक्कर काटिरहन्छ। त्यसरी नै (**विज संग्रहको नियम**को कारण) **संग्रहीत संस्कार**को जन्जालमा जेलिएका/फसेकाहरूले लामो समयसम्म बारम्बार दुःख पाइरहन्छन्।

माथि धम्मपदमा भगवान्‌ले उल्लेख गर्नुभएका संस्कार वा विज संग्रहका केही नियमहरूलाई राखिएको छ। भगवान्‌ले संस्कार वा विज संस्कारका श्वाशत नियमहरूको उल्लेख धम्मपदको अन्य श्लोकहरू र अन्य त्रिपीटक ग्रन्थहरूमा पनि गर्नुभएको छ। निर्वाण अभिलाषी साधकहरू स्वयं त्रिपीटकको अध्ययन गरी यो तथ्यसँग परिचीत हुन सक्नुहुनेछ।

संस्कार वा वीज विस्तारको श्वाशत नियम

संस्कार वा वीज विस्तारको नियम तपाईंको चित्तमा छिपेको धम्म वा प्रकृतिको त्यो श्वाशत नियम हो, जून नियमले तपाईंको चित्तमा संग्रह भएको एक साधारण संस्कार विज (संवेदना भोग स्वभाव) लाई शनै शनै विस्तार गर्दछ। यहि श्वाशत नियमको कारण तपाईंको चित्तमा संग्रह भएका संस्कार विजहरू समयको धारामा विस्तारीत वा शक्तीशाली हुँदै तपाईंका मूल स्वभाव वा गुणहरूमा परिणत हुनपुग्दछ। वा साधारण संस्कारहरू तपाईंको गुण, धर्म, स्वभाव, प्रकृति बन्न पुग्दछ।



जब तपाईं कुनै विषयबाट उत्पन्न सुखद् वा दुखद् संवेदनालाई प्रथम पटक रागपूर्ण वा द्वेषपूर्ण प्रतिक्रिया (वा भोग) गर्नुहुन्छ, त्यो क्षणमा यो सुखद् वा दुखद् संवेदना प्रति रागपूर्ण वा द्वेषपूर्ण प्रतिक्रिया गर्ने तपाईंको यो स्वभाव एक साधारण संस्कार विजको रुपमा तपाईंको चित्तमा संग्रह हुनपुग्दछ। तर जब तपाईं विषयबाट उत्पन्न संवेदना सुखद् वा दुखद् भएकै कारण बारम्बार भोग गर्न थाल्नुहुन्छ, ति क्षणहरूमा प्रकृतिको यहि श्वाशत नियमको कारण तपाईंको संवेदना भोग स्वभाव पनि शनै शनै बिस्तारित वा शक्तिशाली हुन थाल्दछ। अन्ततः यहि नियमको कारण एक साधारण संस्कार विज समयको धारामा विस्तारित हुँदै तपाईंको एक शक्तिशाली गुण वा विषय आशक्ति बन्न पुग्दछ। यो गुण वा विषय आशक्ति नै तपाईंको जीवनको सम्पूर्ण विचार, चिन्तन, कर्मको केन्द्रविन्दू बन्न पुग्दछ।

मानिसमा छिपेको तीव्र कामवासना वा काम भोगबाट प्राप्त हुने सुखद् संवेदनाप्रतिको तृष्णालाई यो नियमको एक परिणामको रुपमा लिन सकिन्छ। मानिसमा झाँङ्गिएका डरलाग्दा सांसारीक वृति (काम, क्रोध, लोभ, मोह, ईर्ष्या, प्रतिरोध आदि) हरूलाई पनि तपाईं यही विज विस्तारको श्वाशत नियमको परिणामको रुपमा बुझ्न सक्नुहुन्छ।

जसरी यो श्वाशत नियमले सांसारीक संस्कारहरूलाई विस्तारीत गरी मानिसमा विभिन्न प्रकारका भयानक सांसारीक गुण वा स्वभावहरूको विकास गर्दछ, प्रकृतिको यो श्वाशत नियम निर्वाण साधनाको क्षेत्रमा पनि अकाट्य रुपमा लागू हुन्छ। जब तपाईं विपश्यना साधना प्रारम्भ गर्नुहुन्छ, साधनाको प्रारम्भीक दिनहरूमा तपाईं देह र मनको चन्चलताको कारण साधनामा लघुसमय सम्म पनि टिक्न सक्नुहुन्न, संवेदनाहरू प्रति पनि समभावी बँन्न सक्नुहुन्न, तर जब तपाईं साधनालाई निरन्तरता दिइरहनुहुन्छ, त्यो अवस्थामा प्रकृतिको यहि श्वाशत नियमको कारण तपाईंको प्रथम विपश्यना साधना संस्कार विज शनै शनै विस्तारीत हुन थाल्दछ, जसको परिणाम स्वरुप तपाईं दिर्घकालसम्म स्थिरतापूर्वक साधना गर्न सक्षम साधक बन्नुहुन्छ। विपश्यना साधना तपाईंको गुणमा परिणत हुन्छ। तपाईं

एक साधारण साधकबाट विकसीत उच्च साधक बन्नुहुन्छ। यहि नियमकै कारण तपाईं चौबीसै घण्टासाधनामा आतापी, स्मृतिवान र संप्रज्ञानी बन्नुहुन्छ। अन्ततः निर्वाण प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ।

स्मरण रहोस् यदि तपाईं जीवनमा वैभव, प्रेम, शान्ती, स्वास्थ वा अन्य कुनै पनि प्रकारका सफलताहरू प्राप्त गर्न चाहनुहुन्छ भने पनि तपाईं यिनै संस्कार विजहरूलाई सर्वप्रथम स्वयंको जीवनमा रोपी यी नै संस्कारलाई यही श्वाशत नियमको सहयोगमा विस्तार गरी निरन्तर विस्तार वा मलजल गरिरहनुपर्दछ। भगवानद्वारा धम्मपदमा संस्कार विज विस्तारको यो शाश्वत नियमलाई प्रत्यक्ष, अप्रत्यक्ष र सांकेतिक रुपमा व्याख्या गर्नुभएको केहि उदाहरणहरू:

इध तप्पति पेच्च तप्पति, पापकारी उभयत्थ तप्पति।
"पापं मे कतं" ति तप्पति, भिय्यो तप्पति दुग्गतिं गतो ॥१७॥

पापीले यस संसारमा सन्ताप गर्दछ, मरेर परलोक गएपछि पनि सन्ताप गर्दछ। 'मैले पाप गरेको छु' भन्दै सन्ताप गर्दछ। (**संस्कार वा विज विस्तार नियमको**) कारण झन् दुर्गति प्राप्त गरेर झन् बढी सन्ताप गर्दछ।

इध नन्दति पेच्च नन्दति, कतपुञ्ञो उभयत्थ नन्दति।
"पुञ्ञं मे कतंति" नन्दति, भिय्यो नन्दति सुग्गतिं गतो ॥१८॥

पुन्यवान् यस लोकमा आनन्दित हुन्छ र परलोकमा गएर पनि आनन्दित हुन्छ। राम्रा काम गरेको 'पुन्यकर्मी' मानिस दुवै लोकमा आनन्दित हुन्छ। "मैले पुण्यकार्य गरेको छु" भन्दै आनन्दित हुन्छ। अन्ततः (**संस्कार वा विज विस्तार नियम**)को कारण झन् सुगति प्राप्त गरेर झन् बढी आनन्दित हुन्छ।

अभिवादनसीलिस्स, निच्चं वुड्ढापचायिनो।
चत्तारो धम्मा वड्ढन्ति, आयु वण्णो सुखं बलं ॥१०९॥

स्वभावले नै विनम्र एवं वृद्धजनहरूको सेवा गर्ने मानिसका आयु, वर्ण, सुख र बल यी चार कुरा (**संस्कार वा विज विस्तारको नियम**)को कारण झन् बढेर जान्छन्।



पापो पि पस्सति भद्रं, याव पापं न पच्चति ।
यदा च पच्चति पापं, अथ पापो पापानि पस्सति ॥११९॥

जबसम्म पाप परिपक्व हुँदैन त्यस बेलासम्म पापीले पनि पापलाई राम्रो भलाइको रुपमा नै हेर्दछ अनि जब उसका पापहरू (**संस्कार वा विज विस्तार नियमको** कारण) विस्तारीत भई पाक्दै छिप्पिँदै जान्छन्, त्यस बेला बल्ल पापीले पापहरू देख्दछ ।

भद्रो वि पस्सति पापं, याव भद्रं न पच्चति ।
यदा च पच्चति भद्रं, अथ भद्रो भद्रानि पस्सति ॥ १२०॥

भद्र मानिसले पनि त्यस बेलासम्म पुण्यलाई पापकै रुपमा देख्दछ जुन बेलासम्म पुण्य राम्ररी परिपक्व हुँदैन, जब (**संस्कार वा विज विस्तार नियमको** कारण) पुण्यकार्यको फल पाक्छ अनि बल्ल उसले पुण्यकार्यहरूलाई देख्दछ ।

यं हि किच्चं अपविद्धं, अकिच्चं पन कयिरति ।
उन्नलानं पमत्तानं, तेसं वड्ढन्ति आसवा ॥ २९२॥

जो काम गर्नेपर्ने हुन्छ, त्यसलाई छोडेर जो गर्ने नहुने काम छन् त्यस्ता काम जसले गर्दछन्, मैलो कसरले भरिएका ती प्रमादीहरूको आश्रव (**संस्कार वा विज विस्तार नियमको** कारण) बढेर जान्छन् ।

यं एसा सहते जम्मी, तण्हा लोके विसत्तिका ।
सोका तस्स पवड्ढन्ति, अभिवड्ढंव वीरणं ॥३३५॥

बारम्बार दुःख दिइरहने लालसा र तृष्णाले संसारमा जसलाई सताउँछ त्यस्तो मानिसका शोकहरू (**संस्कार वा विज विस्तार नियमको** कारण) यसरी बढ्दै जान्छन् जसरी धेरै पानी परेपछि बन्सो ढड्डी वा काँस प्रजातिको बीरण घाँस हल्किन्छ ।

वितक्कमतितस्स जन्तुनो, तिब्बरागस्स सुचानुपस्सिनो ।
भिय्यो तण्हा पवड्ढति, एस खो दल्हं बन्धनं ॥ ३४९॥

सन्देहले हुँडलिएका/खल्बलिएका, तीव्र रागले भरिएका, जताततै शुभ नै शुभ (रमाइलो/सुख) देख्ने मानिसहरूको तिर्सना (**संस्कार वा विज विस्तारको नियमको** कारण) झन् झन् बढेर जान्छ, उनीहरू आफ्नो बन्धनलाई अझै बढी कस्दै दह्रिलो बनाइरहेका हुन्छन् ।

ते झायिनो साततिका, निच्चं दल्हपरक्कमा ।
फुसन्ति धीरा निब्बानं, योगक्खेमं अनुत्तरं ॥२३॥

जो व्यक्ति नटुटाईकन निरन्तर ध्यानमा निमग्न हुन्छन्, सधैं दृढ पराक्रम गर्दछन् ति धैर्यशाली मानिसहरूले (**संस्कार वा विज विस्तार नियमको** कारण)बेजोड, योगक्षेम उत्तम कल्याण-स्वरुप निर्वाणको पद चुम्दछन्/प्राप्त गर्दछन् ।

मावमञ्ञेथ पापस्स, "न मन्तं आररगमिस्सति" ।
उदबिन्दुनिपातेन, उदकुम्धो पी पूरति ।
बालो पूरति पापस्स, थोकंथोकम्पि आचिनं ॥१२१॥

म पाप रत छैन त्यसैले ऊ मसँग आउने छैन भनेर कहिल्यै पनि पापको अवहेलना नगर्नु, जसरी पानीका थोपा थोपा चुहेर पूरै गाग्री भरिन्छ, त्यसरी नै थोरै थोरै पापको सञ्चय गर्दै जाँदा (**संस्कार वा विज विस्तार नियमको** कारण) अज्ञानी त्यसले भरिन्छ ।

मावमञ्ञेथ पुञ्ञस्स, "न मन्तं आगमिस्सति" ।
उदबिन्दुनिपातेन, उदकुम्भो पि पूरति ।
पूरति धीरो पुञ्ञस्स, थोकंथोकम्पि आचिनं ॥१२२॥

म पुण्यमा रत छैन त्यसैले ऊ मसँग आउने छैन' भनेर कहिल्यै पनि पुण्यको अवहेलना नगर्नु, जसरी पानीका थोपा थोपा चुहेर पूरै गाग्री भरिन्छ, त्यसरी नै थोरै थोरै पुण्यको सञ्चय गर्दै जाँदा (**संस्कार वा विज विस्तार नियमको** कारण) ज्ञानी त्यसले भरिन्छ ।

मनुजस्स पमत्तचारिनो, तण्हा वड्ढति मालुवा विय ।
सो प्लवति हुराहुरं, फलं इच्छं व वनस्मिं वानरो ॥३३४॥





प्रमत्त भएर (विषय) विचरण गर्ने मानिसको तृष्णा (**संस्कार वा विज विस्तार नियमको** कारण) 'मालूवा' नामको लहरो झैँ बढ्दै जान्छ। फलहरू खोज्दै वनमा उफ्रिने फाल हाल्ने बाँदर जस्तै जन्म जन्मान्तर सम्म भड्किरहन्छ।

धम्मपदका अन्य श्लोकहरू साथै त्रिपीटकका अन्य ग्रन्थहरूमा पनि भगवान्ले धम्मको संस्कार वा विज विस्तारको श्वाशत नियमलाई उल्लेख गर्नुभएको देख्न सकिन्छ। मोक्ष प्यासी साधनाहरू स्व-अध्ययनद्धारा यो नियम प्रति थप स्पष्ट हुन सक्नुहुन्छ।

संस्कार गुण प्रकटिकरणको श्वाशत नियमः

संस्कार वा गुण प्रकटिकरणको नियम धम्म वा प्रकृतिको त्यो श्वाशत नियम हो, जुन नियमको कारण तपाईंको मूल गुण स्वतः प्रकट हुन्छ। वा तपाईंको मूल गुण (स्वभाव, प्रकृति) आदि स्वतः तपाईंको विचार, व्यवहार, कर्म आदिमा प्रकट हुनपुग्दछ। जब तपाईंमा सर्वप्रथम संस्कार वा विज संग्रहको नियमको कारण प्रथम संस्कार विजको संग्रह हुन्छ, जब तपाईंको प्रथम संस्कार विज विस्तारको नियमको कारण विस्तारित हुँदै जान्छ, त्यो संस्कार अत्यन्त शक्तीशाली बनी तपाईंको गूण, बन्दछ, जब प्रथम साधारण संस्कार विज तपाईंको गुण बन्दछ त्यो क्षणमा प्रकृतिको गुण प्रकृटीकरण श्वाशत नियमको कारण तपाईंको यो गुण स्वतः तपाईंको विचार, कर्म, व्यक्तित्व आदिमा प्रकट हुन थाल्दछ। तपाईंले जबरजस्ती रोक्न प्रयास गरे पनि धम्मको यो नियमको कारण तपाईंको गुण स्वतः प्रकट भइरहन्छ।

यर्थाथमा तपाईंको जीवनको केन्द्रमा यहि संस्कार वा विज प्रकटीकरणको नियम रहेको छ। तपाईंको जीवनको स्थिति नै यस्तो छ कि तपाईंको जीवनमा प्रतिक्षण गुण नै प्रकट भएरहेको छ। तपाईंको जीवनमा गुण → गुण प्रकटीकरण → गुणअनुरुप विचार कर्म आदि → पुन गुण विस्तार → पुन गुण प्रकटीकरण → पुन गुण अनुरुपको विचार, कर्म आदि........को एक अन्तहीन चक्र चलीरहेको छ। यहि चक्रको कारण

नै तपाईंले वर्तमान जीवनमा दुखचक्र र मृत्यु पश्चात भवचक्र, लोकचक्र आदि प्राप्त गरिरहनुभएको छ।

निर्वाण साधना दृष्टिले पनि संस्कार वा गुण प्रकृटीकरण प्रकृतिका नियमको असाधारण महत्व छ किनकी जब तपाईं विपश्यना साधनालाई बारम्बार दोहोऱ्याइरहनुहुन्छ, यो श्वाशत नियमको कारण नै विपश्यना साधना नै तपाईंको मूल गुण बन्नपुग्दछ। जब विपश्यना साधना नै तपाईंको मूल गुण बन्दछ, त्यो स्थितिमा गुण प्रकृटिकरणको नियमको कारण तपाईं बारम्बार विपश्यना साधनामा प्रवेश गरीरहनुहुन्छ। अन्ततः प्रकृतिको यहि श्वाशत नियमको कारण तपाईं निर्वाण लक्ष्यतर्फ शनै शनै बढ्नुहुन्छ। धम्मपदमा भगवान्‌ले प्रत्यक्ष, अप्रत्यक्ष र सांकेतिकरुपमा उल्लेख गर्नुभएका गुण प्रकटीकरण श्वाशत नियमको केही उदाहरणहरू

सेलो यथा एकघनो, बातेन न समीरति।
एवं निन्दापसंसासु, न समिञ्जन्ति पण्डिता ॥८१॥

जसरी साह्रो चट्टानको पहाड हुरी–बतासले डग्दैन हल्लिँदैन, त्यसरी नै (**गुण प्रकटीकरण नियम**को कारण) असली पण्डितहरू निन्दा र प्रशंसाबाट विचलित हुँदैनन्।

यथापि रहदो गम्भीरो, विप्पसन्नो अनाविलो।
एवं धम्मानि सुत्वान, विप्पसीदन्ति पण्डिता ॥८२॥

पानीको गहिरो पोखरी वा रह जसरी शान्त र निर्मल हुन्छ त्यसरी नै (गुण **प्रकटीकरण नियम**को कारण नै) धर्मका कुरा सुनेर पण्डितहरू निश्चल शान्त रहन्छन्।

गतद्धिनो विसोकस्स, विप्पमुत्तस्स सब्बधि।
सब्ब गन्थप्पहीनस्स, परिलाहो न विज्जति ॥९०॥

जसले आफ्नो यात्रा र बाटो पूरा गरिसकेको छ, जो शोकरहित एवं सबै प्रकारले विमुक्त छ, जसले सबै बन्धन चुँडालिसकेको छ, (गुण **प्रकटीकरण नियम**को कारण) त्यस्तालाई राग द्वेष र सन्तापरुपी जरो आउँदैन।



अत्तना व कतं पापं, अत्तजं अत्तसम्भवं ।
अभिमत्थति दुम्मेधं, वजिरं व्'स्ममयं मणिं ॥१६१॥

(**संस्कार वा गुण प्रकटीकरण नियम**को कारण) आफैमा उत्पन्न, आफैबाट निर्मित तथा आफैबाट परिपोषित पापले दुर्बुद्धिका मानिसलाई यसरी हुँडल्छ पिरोल्छ जसरी ढुङ्गाबाट बनेको वज्रले ढुङ्गाको मणिलाई रगेट्दछ टुक्रा पार्दछ ।

उय्य्ञ्जन्ति सतीमन्तो, न निकेते रकन्ति ते ।
हंसा व पल्ललं हित्वा, ओकमोकं जहन्ति ते ॥९१॥

गुण प्रकटीकरण नियमको कारण जागरुक स्मृतिमान् मानिसहरू प्रगतिको प्रयास गर्दछन् । उनीहरू घरमा रमाउँदैनन् । एक पछि अर्को घर त्याग्दै जान्छन् । जसरी हाँसहरूले तलाउ/पोखरी छोडेर जाने गर्दछन् ।

न वे कदरिया देवलोकं वजन्ति, बाला ह वे न-प्पसंसन्ति दानं ।
धीरो च दानं अनुमोदमानो, तेन्'एव सो होति सुखी परत्थ ॥१७७॥

गुण प्रकटीकरण नियमको कारण कन्जुस छुचा मान्छे देवलोक जाँदैनन्, मूर्खहरू निश्चय नै दानको प्रशंसा गर्देनन्, धैर्यवान् पण्डितहरू दानलाई अनुमोदन गरेकै कारण परलोकमा सुखी हुन्छन् ।

धम्मपदका अन्य श्लोकहरू साथै अन्य त्रिपीटक ग्रन्थहरूमा पनि भगवान्ले गुण प्रकटीकरणको नियमलाई प्रत्यक्ष, अप्रत्यक्ष र सांकेतिक रुपमा व्याख्या गर्नुभएको छ, निर्वाण अभीलाषी साधकहरू स्व अध्ययनद्वारा यो नियमप्रति थप स्पष्ट हुन सक्नुहुनेछ ।

संस्कार वा गुण आर्कषणको श्वाशत नियम

संस्कार वा गुण आर्कषणको नियम धम्मको त्यो श्वाशत नियम हो जून नियमको कारण सजातीय गुण भएका विषय वा व्यक्तिहरू एक अर्काप्रति आकर्षित हुनपुग्दछन् । विज विस्तार नियमको कारण जब संस्कारहरू शक्तिशाली बनी तपाईको गुण बन्दछन् । त्यो क्षणमा प्रकृतिको यो श्वाशत नियमको कारण तपाई स्वयं झै सजातिय गुण भएका विषयहरू वा व्यक्तिहरू प्रति स्वतः आकर्षित

हुनुहुन्छ। साथै तपाईंको झै सजातिय गुण भएका विषयहरू वा व्यक्तिहरू चुम्बक झै खीचीएर तपाई तर्फ स्वतः आउँदछन्। धम्मको यहि गुण आकर्षणको नियमको कारण सघन सांसारीक गुण भएको व्यक्ति निस्क्रिष्ट सांसारीक विषयहरू र घोर सांसारीक व्यक्तिहरूतर्फ आकर्षित हुन्छ। र आध्यात्मिक गुण भएको व्यक्ति आध्यात्मीक विषयहरू र सन्त वृति भएका व्यक्तिहरूतर्फ आकर्षित हुनपुग्दछ। प्रकृतिको यो श्वाशत नियमको कारण तपाई स्वयंको गुण विपरीतका विषयहरू वा व्यक्तिहरू बाट स्वत विमूख हुनुहुन्छ। वा टाढा जान प्रयास गर्नुहुन्छ। भगवानद्वारा धम्मको यो शाश्वत नियमलाई प्रत्यक्ष, अप्रत्यक्ष वा सांकेतिक रुपमा धम्मपदमा उल्लेख व्याख्या गर्नुभएका केहि उदाहरणहरू:

यो अप्पदुट्ठस्स नरस्स दुस्सति, सुद्धस्स पोसस्स अनङ्गणस्स।
तम् एव बालं पच्चेति पापं, सुखुमो रजो पटिवातं व खित्तो ॥१२५॥
जो मानिस दोषरहित, शुद्ध, निर्मल व्यक्तिसँग द्वेष गर्दछ, पाप (**गुण आर्कषण नियम**को कारण) त्यही अज्ञानी तिर फर्किन्छ जसरी हावाको विपरीत दिशातिर फ्याँकेको कसिङ्गर फ्याँक्ने तिरै फर्किन्छ।

यस्स छत्तिसति सोता, मनापसवना भुसा।
वाहा वहन्ति दुद्दिट्ठिं, संकप्पा रागनिस्सिता ॥३३९॥
जसका छत्तीस प्रवाहहरू रमणीय पर्दाथ तिर सोभिएर बग्दछन् त्यस्तो मानिसलाई (**गुण आर्कषण नियम**को कारण) रागबाट निस्केका आसक्तिपूर्ण सङ्कल्पहरूले उर्लंदो भेल बनेर तीव्रगतिमा बगाएर लैजान्छन्।

अधूतवादी निरयं उपेति, यो वापि कत्वा न करोमि च्'आह।
उभो पि ते पेच्च समा भवन्ति, निहीनकम्मा मनुजा परत्थ ॥३०६॥
(**गुणं आर्कषण नियम**को कारण) असत्य बोल्ने मानिस नरकमा जान्छ (वा आकर्षित हुन्छ) अनि कुनै काम गरेर जसले गरिनँ भनि ढाँट्दछ त्यो पनि नरकमा जान्छ। नीच कर्म गर्ने ती दुवै मान्छे समान हुन्छन्।



कासावकण्ठा बहवो, पापधम्मा असञ्ञता ।
पापा पापेहि कम्मेहि, निरयं ते उपपज्जरे ॥३०७॥

काँधमा काषाय (गेरुवा वस्त्र) भिरेर पनि धेरै मानिसहरू पापी मानसिकता भएका र असंयमी हुन्छन् । ती पापीहरू संस्कार वा आफ्ना कुकर्म वा (**आर्कषणको नियम**को कारण) नरकमा जान्छन् वा नरकतर्फ आकर्षित हुन्छन् ।

इंद पुरे चित्तमचारि चारिकं, येनिच्छकं यत्थकाम यथासुखं ।
तद् अज्ज' अहं निग्गहृस्सामि योनिसो, हत्थिप्पभिन्नंविय अंकुसग्गहो ॥३२६॥

गुण आर्कषणको नियमको कारण यो मेरो भड्केको चित्त चाहना र कामनाले जता जता तान्दछ र जहाँ सुखको अनुभूति हुन्छ त्यतै त्यतै विचरण गरिरह्यो। अब म यसलाई क्रमबद्ध ढंगले बिस्तारै त्यसरी आफ्नो वशमा ल्याउँने छु जसरी कामोत्तेजित हात्तीलाई माहुतेले ।

मनोपुब्वंगमा धम्मा, मनोसेट्ठा मनोया ।
मनसा चे पदुट्ठन, भासति वा करोति वा ।
ततो नं दुक्खमन्वेति, चक्कं वा वहतो पदं ॥१॥

मन नै सबै प्रवृतिहरूको अगुवा र प्रधान हो। सबै कुरा मनबाटै उत्पन्न हुन्छन् । यदि कसैले दूषित मनले केही कुरा बोल्छ वा कुकर्म गर्दछ भने त्यस्तालाई **गुण आर्कषणको नियम**को कारण लडियाको पाङ्ग्रोले गाडा तान्ने गोरुको खुट्टालाई पछ्याएजस्तै दुःखले अनुसरण गरिरहन्छ ।

मनोपुब्वंगमा धम्मा, मनोसेट्ठा मनोमया ।
मनसा चे पसन्नेन, भासति वा करोति वा ।
ततो नं सुखमन्वेति, छाया व अनपायिनी ॥२॥

मन नै सबै प्रवृतिहरूको अगुवा र प्रधान हो। सबै कुरा मनबाटै उत्पन्न हुन्छन् । यदि कसैले स्वच्छ वा प्रसन्न मनले केही कुरा बोल्छ वा राम्रो काम गर्दछ भने त्यस्तालाई **सजातिय गुण आर्कषण नियम**को कारण छायाले शरीरलाई पछ्याएजस्तै सुखले अनुसरण गर्दै साथ दिइरहन्छ ।

यावजीवम्पि चे बालो, पण्डितं पयिरुपासति ।
न सो धम्मं विजानाति, दब्बी सूपरसं यथा ॥६४॥

आजीवन विद्वान्‌को सरसङ्गतमा रहे पनि (**गुण आकर्षण नियमको** कारण) मूर्खले धर्मको मर्म बुझ्न सक्दैन। जसरी भरिभराउ भाँडामा जति डुबिरहे पनि डाडुले दाल वा सूप रसको स्वाद थाहा पाउन सक्दैन। (वा विजातीय गुणहरू आकर्षित हुँदैनन्।)

मुहुत्तमपि चे विञ्ञू, पण्डितं पयिरुपासति ।
खिप्पं धम्मं विजानाति, जिव्हा सूपरसं यथा ॥६५॥

(**गुण आकर्षण नियमको** कारण)कुनै विज्ञ मानिस एक मुहुर्त मात्र पनि पण्डितको सरसंगत वा सेवामा रह्यो भने उसले तुरुन्तै धर्मको मर्म बुझ्दछ। जसरी जिब्रोले चाख्ने वित्तिकै दाल वा सुप रसको स्वाद थाहा पाउँछ।

कुसो यथा दग्गहीतो, हत्थं एवानुकँतति ।
सामञ्ञं दुप्परामठ्ठं, निरयाय् उपकङ्गति ॥३११॥

जसरी राम्रोसँग नसमाइएको कुशले हात काटिदिन्छ, त्यसरी नै राम्ररी ग्रहण नगरीएको श्रामण्यले **गुण आर्कषण नियमको** कारण नरकतिर लैजान्छ।

अलज्जिताये लज्जन्ति, लज्जिताये न लज्जरे ।
मिच्छाखिठ्ठिसमादाना, सत्ता गच्छन्ति दुग्गतिं ॥३१६॥

जून कुरामा लजाउनु पर्दैन त्यसमा लज्जा मान्ने र जुन कुरामा लाज मान्नुपर्दछ त्यसमा लाज नमान्न, मिथ्यादृष्टिले भरिएका मानिसहरूले **गुण आर्कषणको नियमको** कारण दुर्गीति प्राप्ति गर्दछन्।

अभये भयदस्सिनो, भये चाभयदस्सिनो ।
मिच्छादिठ्ठिसमादाना, सत्ता गच्छन्ति दुग्गतिं ॥३१७॥

जुन कुरामा डराउनु पर्दैन त्यसमा डर मान्ने र जुन कुरामा डर मान्नुपर्दछ त्यसमा डर नमान्ने, मिथ्यादृष्टिले भरिएका मानिसहरूले **गुण आर्कषणको**



नियमको कारण दुर्गीति प्राप्त गर्दछ।

अवज्जे वज्जमतिनो, वज्जे चावज्जदस्सिनो ।
मिच्छादिठ्ठिसमादाना, सत्ता गच्छन्ति दुग्गतिं ॥३१८॥

जुन कुरा दोषरहित छन् तिनमा दोष देख्ने बुद्धि भएका र जुन कुरामा दोष छन् तिनमा दोष भएको नदेख्ने, मिथ्यादृष्टिले भरिएका मानिसहरूले **गुण आर्कषणको नियम**को कारण दुर्गीति प्राप्त गर्दछन् ।

वज्जञ् च वज्जतो ञत्वा, अवज्जञ् च अवज्जतो ।
सम्मादिठ्ठिसमादाना, सत्ता गच्छन्ति सुग्गतिं ॥३१९॥

वर्जनीय कार्यलाई दोषजस्तै वर्जित र दोषरहित अवर्जनीय कार्यलाई निर्दोष र ग्रहणीय हुन् भन्ने जानेर सम्यक् दृष्टि ग्रहण गर्ने प्राणीले **गुण आर्कषणको नियम**को कारण सद्गति प्राप्त गर्दछन् ।

धम्मपद र त्रिपीटकका अन्य ग्रन्थहरूमा पनि भगवानले गुण आकर्षणको श्वाशत नियमको उल्लेख गर्नुभएको छ, मोक्षका गम्भीर साधकहरू यि ग्रन्थहरूको स्व-अध्ययन गर्न सक्नुहुनेछ ।

प्रतीत्य समूत्पादको श्वाशत नियम

प्रतित्यसमुत्पाद तपाईंको जीवनमा क्रियाशिल धम्म वा प्रकृतिको एउटा यस्तो शक्तिशाली शाश्वत नियम हो, जून नियमले तपाईंको जीवन सत्तामा रोपिएको एउटा कारण (बीज) को एकपल्ट मात्र फल (परिणाम) दिएर समाप्त नभई यस नियमले तत्क्षण त्यस फल (परिणाम) लाई बीज (कारण) मा परिवर्तन गरी कारण-परिणाम-कारण-परिणाम वा बीज-फल-बीज-फल रुप एक शृङ्खला वा चक्र उत्पन्न गर्दै तपाईंको जीवनमा अनेक परिणाम दिंदै जान्छ। **प्रतित्यसमुत्पाद नियमलाई कारण र कार्यको नियम, कर्मफलको नियम, जस्तो बीज रोप्यो त्यस्तै फल प्राप्त हुने नियम पनि भनिन्छ ।**

प्रतित्यसमुत्पादको शाश्वत नियम क्रियाशील रहेको जीवनमा जब तपाईंले छ वटा इन्द्रियहरू र तिनका विषयहरूका मिलनबाट उत्पन्न हुने दुःखद संवेदना (दुःखः, पिर, भय, निराशा, पश्चात्ताप आदि) र सुखद संवेदना (खुसी, हर्ष, आशा, सफलता आदि) लाई भोग गर्नुहुन्छ तब चित्तमा छिपेको धम्मको शाश्वत नियमका कारण तपाईंमा संस्कार

(संवेदना भोग गर्ने स्वभाव) को जन्म हुन्छ।

जब यसरी तपाईंमा संस्कारबीज उत्पत्ति हुन्छ तब तपाईंको चित्तमा छिपेको प्रतित्यसमुत्पादको शाश्वत नियमले यस संस्कारबीजलाई प्राप्त गर्दछ। जब यस नियमले यसरी संस्कारबीज प्राप्त गर्दछ तब यस नियमले एउटा संस्कारबीजको अनेक परिणाम चक्रीयरूपमा प्रदान गर्दै जान्छ। फलतः तपाईं अन्तहीन दुःखचक्र, लोकचक्र र भवचक्रमा फसिरहनुहुन्छ। र प्रतित्यसमूत्पादको यहि नियमले शुद्ध सम चित्तको संस्कार विज प्राप्त गर्दा निर्वाण चक्र उत्पन्न गर्दछ। यो तथ्यको व्याख्या अध्याय दुईमा गरीसकिएकोले यहाँ पुन व्याख्या गरिएको छैन।

तल भगवान्‌ले धम्मपदका विभिन्न श्लोकहरूमा उल्लेख गर्नुभएको प्रतीत्य समूत्पादको श्वाशत नियम वा जे विज रोप्यो त्यहि अनुरुपको फल प्रदान गर्ने नियमको केही उदाहरणहरू राखीएका छन्।

कुसो यथा दग्गहीतो, हत्थं एवानुकँतति।
सामञ्जं दुप्परामट्ठं, निरयाय् उपकङ्गति ॥३११॥

जसरी राम्रोसँग नसमाइएको कुशले हात काटिदिन्छ, त्यसरी नै राम्ररी ग्रहण नगरीएको श्रामण्यले **प्रतित्य समूत्पाद नियम**को कारण नरकतिर लैजान्छ।

अलज्जिताये लज्जन्ति, लज्जिताये न लज्जरे।
मिच्छाखिट्ठिसमादाना, सत्ता गच्छन्ति दुग्गतिं ॥३१६॥

जून कुरामा लजाउनु पर्दैन त्यसमा लज्जा मान्ने र जुन कुरामा लाज मान्नुपर्दछ त्यसमा लाज नमान्न, मिथ्यादृष्टिले भरिएका मानिसहरूले **विज अनुरुप फल प्रदान गर्ने प्रतित्य समुत्पादको नियम**को कारण दुर्गीति प्राप्ति गर्दछन्।

अभये भयदस्सिनो, भये चाभयदस्सिनो।
मिच्छादिट्ठिसमादाना, सत्ता गच्छन्ति दुग्गतिं ॥३१७॥

जुन कुरामा डराउनु पर्दैन त्यसमा डर मान्ने र जुन कुरामा डर मान्नुपर्दछ त्यसमा डर नमान्ने, मिथ्यादृष्टिले भरिएका मानिसहरूले **विज अनुरुप फल**



प्रदान गर्ने प्रतित्य समूत्पादको नियमको कारण दुर्गति प्राप्त गर्दछ।

अवज्जे वज्जमतिनो, वज्जे चावज्जदस्सिनो ।
मिच्छादिट्ठिसमादाना, सत्ता गच्छन्ति दुग्गतिं ॥३१८॥

जुन कुरा दोषरहित छन् तिनमा दोष देख्ने बुद्धि भएका र जुन कुरामा दोष छन् तिनमा दोष भएको नदेख्ने, मिथ्यादृष्टिले भरिएका मानिसहरूले **विज अनुरुप फल प्रदान गर्ने प्रतित्य समूत्पाद**को नियमको कारण दुर्गति प्राप्त गर्दछन् ।

वज्जञ् च वज्जतो ञत्वा, अवज्जञ् च अवज्जतो ।
सम्मादिट्ठिमादाना, सत्ता गच्छन्ति सुग्गतिं ॥३१९॥

वर्जनीय कार्यलाई दोषजस्तै वर्जित र दोषरहित अवर्जनीय कार्यलाई निर्दोष र ग्रहणीय हुन् भन्ने जानेर सम्यक् दृष्टि ग्रहण गर्ने प्राणीले **विज अनुरुप फल प्रदान गर्ने प्रतित्य समूत्पाद**को नियमको कारण सद्‌गति प्राप्त गर्दछन् ।

मधु'वा मञ्ञति बालो, याव पापं न पच्चति ।
यदा च पच्चति पापं, अथ बालो दुक्खं निगच्छति ॥६९॥

पापकर्महरू परिपक्व भएर तिनको परिणाम नआउँदासम्म मूर्खले पापकर्मलाई महजस्तै गुलियो ठान्दछ। **प्रतित्य समूत्पाद नियम**को कारण पापका नतिजाहरू आउन/देखिन हुन थालेपछि त्यो मूर्ख दुक्खले सन्तप्त हुन्छ।

पेमतो जायती सोको, प्रेमतो जायती भयं,
पेमतो विप्पमुत्तस्स, न्'अत्थि सोको कुतो भयं ॥२१३॥

प्रतित्य समूत्पाद नियमको कारण माया/प्रेमबाट शोक उत्पन्न हुन्छ, माया/प्रेमबाट भय उत्पन्न हुन्छ। जो माया/प्रेमबाट विमुक्त छन् तिनलाई कुनै शोक हुँदैन अनि फेरि कहाँको डरं ?।

रतया जायती, रतीया जायती भयं ।
रतिया विप्पमुत्तस्स, न्'अत्थि सोको कुतो भयं ॥२१४॥

प्रतित्य समूत्पाद नियमको कारण रति/आसक्तीबाट शोक उत्पन्न हुन्छ, रति/आसक्तिबाट भय उत्पन्न हुन्छ। जो रति/आसक्तिबाट विमुक्त छन् तिनलाई कुनै शोक हुँदैन अनि फेरि कहाँको डर ?।

कामतो जायती सोको, कामतो जायती भयं ।
कामतो विप्पमुत्तस्स, न्'अत्थि सोको कुतो भयं ॥२१५॥

प्रतित्य समूत्पाद नियमको कारण काम-वासनाबाट शोक उत्पन्न हुन्छ, काम-वासनाबाट भय उत्पन्न हुन्छ। जो काम-वासनाबाट विमुक्त छन् तिनलाई कुनै शोक हुँदैन अनि फेरि कहाँको डर ?

तण्हाय जायती सोको, तण्हाय जायती भयं ।
तण्हाय विप्पमुत्तस्स, न्'अत्थि सोको कुतो भयं ॥२१६॥

प्रतित्य समूत्पाद नियमको कारण तिर्सनाबाट शोक उत्पन्न हुन्छ, तिर्सनाबाट भय उत्पन्न हुन्छ। जो तिर्सनाबाट विमुक्त छन् तिनलाई गुण प्रकटीहरणको कारण कुनै शोक हुँदेन अनि फेरि कहाँको डर ?।

अयसा व मलं समुट्ठितं, तदुट्ठाय तम् एव खादति ।
एवं अतिधोनचारिनं, सककम्मानि नउन्ति दुग्गतिं ॥२४०॥

प्रतित्य समूत्पाद नियमको कारण जसरी खियाले फलामबाट उब्जेर फलामलाई नै खाइदिन्छ त्यसै गरी सदाचारको उल्लङ्घन गर्ने व्यक्तिलाई आफैबाट भएका कर्मले आफैलाई खाई दुर्गतिमा पुऱ्याउँदछन् ।

संस्कार वा गुण उच्छेदको श्वाशत नियम

उच्छेदको अर्थ हो जरादेखि नै उखेलेर नष्ट गर्नु। संस्कार वा गुण उच्छेदको नियम धम्म वा प्रकृतिको त्यो श्वाशत नियम हो, जुन नियमको कारण तपाईंको चित्तमा जन्मजन्मान्तरदेखि संग्रहीत संस्कार (संवेदनाहरू प्रतिको राग द्वेष प्रतिक्रियाहरू) नष्ट हुन पुग्दछन्। जब तपाईं विपश्यना साधनामा प्रवेश गर्नुहुन्छ, जब तपाईं जन्मजन्मान्तरदेखि संग्रहीत संस्कारहरूको कारण प्रकट भई रहेका सुखद् दुखद् संवेदनाहरूलाई भोग नगर्न वा समभावी रहन चित्तलाई प्रशिक्षण दिनुहुन्छ। यो क्षणमा विपरित



विद्युतिय धाराहरू परस्परमा मिल्दा तीव्र विपरीत प्रतिकृया भए झैँ चित्तका दुई विपरीत स्वभावहरू (संवेदनाहरू प्रति रागद्वेषपूर्ण प्रतिक्रिया गर्ने स्वभाव र संवेदनाहरू प्रति रागद्वेषपूर्ण प्रतिक्रिया नगर्ने स्वभाव) बीच एक विपरित प्रतिक्रिया घटित हुन पुगी जन्म जन्मान्तर देखि तपाईंको चित्तमा जरा गाडेका संस्कारहरू प्रकृतिको यो यहि श्वाशत नियमको कारण 'नष्ट' हुन्छन्। 'भष्म' हुन्छन्। जरैदेखि 'उच्छेद' भएर नष्ट हुन्छन्।

यदि तपाईंको चित्तमा संस्कार वा गुण उच्छेदको श्वाशत नियम क्रियाशील नभएको भए वा यो नियमको कारण तपाईंको चित्तका संस्कारहरू उखेलीएर नष्ट नहुने भएको भए तपाईंले जीवनमा निर्वाण प्राप्त गर्ने भन्ने सम्भावना नै सधैंको लागि समाप्त हुनपुग्दछ। विपश्यना साधनामा प्रज्ञा क्षेत्र (मूलतः सम्यक दृष्टि) त्यो साधना क्षेत्र हो जहाँ प्रकृतिको संस्कार वा गुण उच्छेदको नियम क्रियाशील हुनपुग्दछ। मूलतः यहि नियमको क्रियाशीलता कारण नै तपाईंमा जन्मजन्मान्तर देखी संग्रहीत र विस्तारीत भएका संस्कारहरू पूर्ण रुपमा नष्ट हुनपुग्दछन्।

विपश्यना साधना बाहेकका अन्य निर्वाण साधनाहरू जून साधनामा ईश्वर वा गूरु प्रतिमा, प्रकाश, मन्त्र, श्वासप्रश्वाश आदि लाई ध्यान साधनाको आधार बनाइन्छ, ति निर्वाण साधनाहरूमा संवेदनाहरू प्रति साधना नगरीने वा चित्तलाई संवेदना प्रति समभावी बन्न प्रशीक्षण नदिइने हुनाले यी साधना विधिहरूमा दुई विपरति स्वभावहरू बीच विपरीत प्रतिक्रिया नै उपस्थित हुँदैन, जसको कारण यी साधना विधिहरूमा प्रकृतिको यो श्वाशत नियम क्रियाशील नै हुन सक्दैन। मूलतः यहि कारण नै विपश्यना बाहेकका संसारका सम्पूर्ण साधना विधिहरू निर्वाण प्रदान गर्न असमर्थ छन्। **मूलतः यहि कारण नै विपश्यना यो संसारको एक मात्र सत्य मोक्ष साधना विधि बन्न पुगेको छ।**

प्रकृति वा धम्मको यही संस्कार वा गुण उच्छेद नियम क्रियाशील भएर चित्तमा छिपेका संस्कारहरू नष्ट हुने अनुभुतिलाई व्याख्या गर्दै **विश्व प्रसिद्ध विपश्यना गुरु गोयन्का भन्नुहुन्छ** - जब संग्रहित संस्कारहरू र शुद्ध सम चित्त बीचमा सम्पर्क हुन्छ, त्यो क्षण विपरीत स्वभावहरूबीच एक तिब्र विपरीत प्रतिक्रिया हुन्छ, त्यो क्षणमा एक तुफान उठ्छ, एक

ज्वालामुखी झैँ फुट्ददछ, यो प्रतिक्रियाले गर्दा साधकमा शरिर तन्किए झैँ, कामे झैँ, टाउको दुखे झैँ, कम्मर दुखे झैँ, शरीरको जडता नष्ट भए झैँ, देहको स्थूलता नष्ट भए झैँ अनेकन् अनुभूतिहरू स्पष्ट रुपमा बोध हुन्छ। भगवानद्वारा धम्मको संस्कार वा गुण उच्छेदका नियमको व्याख्या गर्दै चित्तका संस्कारहरू विपश्यना साधनाबाट नष्ट हुन्छन् भन्ने सत्यलाई व्याख्या गरिएका केही उदाहरणहरू:

संस्कार वा गुण उच्छेद नियमको कारण प्रहीण भएकाले, जराबाट उखेलिएर गएकाले, शिर काटिएको ताड जस्तै भएकाले, अभावको प्राप्त भएकाले, भविष्यमा उत्पन्न नहुने भएकोले हे वत्स, तथागत् मुक्त भए। (अग्गिवच्छसूत्त)

सो करोहि दीपम् अत्तनो, खिप्पं वायम पण्डितो भव।
निद्धन्तमलो अनङ्गणो, दिब्बं अरियभूमिम् एहिसि ॥२३६॥

आफ्नो (आत्मरक्षाका लागि) एक टापु बनाऊ वा मोक्षमार्गको पथप्रदर्शक बत्तीस्वरुप बनाऊ। द्रुतगतिमा अध्यास गरेर विद्वान् बन, (**संस्कार वा गुण उच्छेद नियमद्धारा**) सबै मल धोएर निष्पाप बनेका तिमी दिव्य आर्यभूमिमा पुग्नेछौ।

गहकारक ! दिट्ठोसि, पुन गेहं न काहसि।
सब्बा ते फासुका भग्गा, गहकूटं विसङ्खितं
विसङ्खारगतं चित्तं, तण्हानं खयम् अज्झगा ॥१५४॥

हे गृहनिर्माता! **संस्कार वा गुण उच्छेदको नियमद्वारा** तिमीलाई मैले खेर्दैं, तिमी फेरि अर्को पटक घर बनाउँने छैनौ !, तिम्रा सबै दार-पात भाँचिए, घरको धुरी भत्काइयो ढलाइयो। चित्त संस्काररहित अवस्थामा पुग्यो, तृष्णा जति सबैको मैले नाश गरेँ।

ये रागरत्तानुपतन्ति सोतं, सयंकतं मक्कटको व जालं।
एतं पिछेत्वान वजन्ति धीरा, अनपेक्खिनो सब्बदुखं पहाय ॥३४७॥



जो रागरञ्जित छन् तिनीहरू आफैले बनाएको स्रोतमा त्यसै गरी फस्छन् जसरी माकुरो आफ्नै जालमा अल्भिन्छ। कुनै अपेक्षा नराख्ने निस्पृह मानिसहरू यस्ता बन्धनका स्रोतहरूलाई **(संस्कार वा गुण उच्छेद नियमद्धारा)** छिन्नभिन्न गरी चुँडालेर कामभोगको सुखलाई छोडेर प्रव्रजित बन्दछन्।

यस्सासवा परिक्खीणा, आहारे च अनिस्सितो।
सुञ्ञतो अनिमित्तो च, विमोक्खो यस्स गोचरो।
आकासे व सकुन्तानं, पदं तस्स दुरुन्नयं ॥९३॥

जसको (संस्कार वा गुण उच्छेद नियमको कारण) आश्रव वा विकारहरू पुरै नष्ट/विध्वस्त भएका छन्। जो भोजनमा अनाशक्त र असंलग्न छ। जसलाई शून्यता र स्वरुप रहित निर्वाण छर्लङ्ग छ। उसको बाटो आकासमा उड्ने चराहरूको जस्तै जान्न नसकिने (अज्ञेय) छ।

यस्स च्'एतं समुच्छिन्नं, मूलघच्चं समूहतं।
स वे दिवा रत्तिं वा, समाधिं अधिगच्छति ॥२५०॥

यस्ता विचारहरू जसका नष्ट भएका छन्। वा **(संस्कार वा वीज उच्छेदको नियमको** कारण) जरै देखि उखेलिएका छन्। उसले दिनमा र रातमा पनि शान्ति प्राप्त गर्न सक्दछ।

यस्स च्'एतं समुच्छिन्नं, मूलघच्चं समूहतं।
स वन्तदोसो मेधावी, साधुरुपो ति वुच्चति ॥२६३॥

अनि जसका त्यस्ता खराव प्रवृत्तिहरू छिन्नभिन्न, टुक्रा टुक्रा भएर जरै देखि पूर्णरुपमा उखेलिएर **(संस्कार वा गुण उच्छेदको नियमको** कारण) नष्ट भएका छन्। त्यो दोष रहित मेधावीलाई नै साधूरुप भनिन्छ।

सब्बाभिभू सब्बविदू'हम् अस्मि, सब्बेसु धम्म्मेसु अनूपलित्तो।
सब्बञ्जहो तण्हक्खये विमुत्तो, सयं अभिञ्ञाय कं उद्दिसेय्यं ॥१५३॥

म सर्वविजयी हुँ, सर्वज्ञानी हुँ, सबै मानसिक प्रवृत्तिमा अलिप्त छु,

सर्वत्यागी हुँ, (**संस्कार वा गुण उच्छेद नियमद्धारा**) तृष्णाहरू नाश गरेर तिनबाट विमुक्त छु, यस्ता कुरा आफैले छर्लङ्ग जाने-बुझेपछि म कसलाई गुरु मानूँ वा कसलाई यो कुरा बताऊँ !।

अनुपुब्बेन मेधावी, थोकं थोकं खणे खणे ।
कम्मारो रजतस्सेव, निद्धमे मलम् अत्तनो ॥२३९॥

कुनै स्वर्णकारले चाँदीको कसर निखारेर फले झैं ज्ञानी पुरुषले क्रमिक रुपमा थोरै-थोरै, छिन-छिनमा आफूभित्रको कसर (**संस्कार वा वीज उच्छेदको नियम**को सहयोगमा) धोएर निखार्नुपर्छ।

सदा जागरमानानं अहोरत्तानुसिक्खिनं ।
निब्बानं अधिमुत्तानं, अत्थं गच्छन्ति आसवा ॥२२६॥

सधैं जागरणशील रहने, दिनरात अध्ययन (सिकाइ) मा लागिरहने तथा निर्वाणलाई आफ्नो उद्धेश्य बनाउनेहरूका सबै आश्रव (**संस्कार वा गुण उच्छेदको नियम**को कारण) अस्त (नष्ट) हुन्छन् ।

सो करोहि दीपम् अत्तनो, खिप्पं वायम पण्डितो भव ।
निद्धन्तमलो अनङ्गणो, न पुनं जातिजरं उपेहिसि ॥२३८॥

आफैलाई एक द्वीप (टापु) बनाऊ, (आत्मदर्शनको दीप/प्रकाश बनाऊ) द्रुतगतिमा अध्यास गरेर विद्वान् बन, (**संस्कार वा गुण उच्छेदको नियमद्धारा**) सबै मल धोएर निष्पाप बनेका तिमीलाई फेरि जन्म, बुद्यौली र मृत्युको अवस्था प्राप्त हुनेछैन।

अनुपुब्बेन मेधावी, थोकं थोकं खणे खणे ।
कम्मारो रजतस्सेव, निद्धमे मलम् अत्तनो ॥२३९॥

कुनै स्वर्णकारले चाँदीको कसर निखारेर फाले झैं ज्ञानी पुरुषले (**संस्कार वा गुण उच्छेदको नियमद्धारा**) क्रमिक रुपमा थोरै-थारै, छिनछिनमा आफूभित्रको कसर धोएर निखार्नुपर्छ।

ततो मला मलतरं, अविज्जा परमं मलं ।
एतं मलं पहत्वान, निम्मला होथ भिक्खवो ॥२४३॥

मलहरूमा सबै भन्दा अधिकतर मल अविद्या हो। भिक्षुहरूहो ! यो अविद्याको मलाई (**संस्कार वा गुण उच्छेदको नियमद्धारा**) परित्याग गरी निखारेर निर्मल (मलरहित) बन।

यस्स च्'एतं समुच्छिन्नं, मूलघच्चं समूहतं ।
स वे दिवा वा रत्तिं वा, समाधिं अधिगच्छति ॥२५०॥

यस्ता खराब विचारहरू जसका नष्ट भएका छन् अथवा (**संस्कार वा गुण उच्छेदको नियमद्धारा**) जरैदेखि उखेलिएका छन् उसले दिनमा र रातमा पनि शान्ति प्राप्त गर्दछ।

यस्स च्'एतं समुच्छिन्नं, मूलघच्चं समूहतं ।
स वन्तदोसो मेधावी, साधुरुपो ति वुच्चति ॥२६३॥

अनि जसका त्यस्ता खराब प्रवृतिहरू छिन्नभिन्न छुक्रा टुक्रा भएर (**संस्कार वा गुण उच्छेदको** कारण) जरै देखि पूर्णरुपले उखेलिएर नष्ट भएका छन् त्यो दोषरहित मेधावीलाई नै "साधुरुप" भनिन्छ।

वनं छिन्दथ मा रुक्खं, वनतो जायती भयं ।
छेत्वा वनञ्च वनथञ्च, निब्बना होथ भिक्खवो ॥२८३॥

(**संस्कार वा गुण उच्छेदको नियमद्धारा**) वासनारुपी वनलाई सखाप पार, वृक्षलाई होइन। वनबाट भय उत्पन्न हुन्छ। वन तथा कामनारुपी झाडी फाँडेर हे भिक्षुहो !तिमीहरू वासनारुपी वनले रहित बन।

याव हि वनथो न छिज्जति, अणुमत्तोपि नरस्स नारिसु ।
पाटिबद्धमनो व ताव सो, वच्छो खीरपकोव मातरि ॥२८४॥

वास्तवमा जबसम्म पुरुषहरूमा स्त्रीप्रतिको कामनारुपी झाडी अणु बराबर (थोरै मात्रामा) रहेको भए पनि त्यसलाई (**संस्कार वा गुण उच्छेदको नियमद्धारा**) काटेर नष्ट गरिन्न, तबसम्म जसरी दूधमुखे

बच्चाको लगाव आमामा निरन्तर रहन्छ त्यसरी नै पुरुष महिलाप्रति आसक्त हुन्छ।

येसञ् च सुसमारद्धा, निच्चं कायगता सति ।
अकिच्चं ते न सेवन्ति, किच्चे सातच्चकारिनो ।
सतानं सम्पजानानं, अत्थं गच्छन्ति आसवा ॥२९३॥

जसको शारीरिक स्मृति निरन्तर सिथर रहन्छ, जो मानिस गर्न नहुने कामको कहिल्यै अनुसरण गर्दैनन् र गर्नुपर्ने काममा दृढ रहन्छन्, त्यस्ता सचेत एवं स्मृतिवान्हरूका आश्रव (**संस्कार वा गुण उच्छेद**को कारण) नष्ट भएर जान्छन्।

तं वो वदामि भद्दं वो, यावन्त्'एत्थ समागता ।
तण्हाय मूलं खणथ, उसीरत्थो व बीरणं ।
मा वो नलं सोतो व, मारो भञ्जिं पुनपुनं ॥३३७॥

यहाँ जे-जति जूटेका छौ तिमीहरू सबैलाई मेरो शुभेच्छाको अभिवादन छ!। तिमीहरू तिर्सनाका जराहरूलाई (**संस्कार वा गुण उच्छेदको नियम**द्धारा) यसरी खन खोदल जसरी 'उशीर' धन्ने घाँसको जरो खोज्नेले पहिले वीरण (बन्सो) लाई पन्छाउँदै खोदल्छ। तिमीलाई मारले त्यसरी नष्ट नपारोस् जसरी पानीको उर्लंदो भेलले कमलको नाल (डाँठं) लाई छिन्नभिन्न पार्छ।

धम्मपद र अन्य त्रिपीटक ग्रन्थहरूमा पनि भगवान्ले संस्कार वा गुण उच्छेद नियमलाई प्रत्यक्ष, अप्रत्यक्ष र सांकेतिक रुपमा व्याख्या गर्नुभएको छ, विपश्यनाका साधकहरू यि ग्रन्थहरूको अध्ययन गरी प्रकृतिको यो श्वाशत नियम प्रति थप स्पष्ट हुन सक्नुहुनेछ।







परिशिष्ट

प्रतित्य समूत्पाद नियमको व्याख्या

मानिसको जीवनमा धम्म वा प्रकृतिका अनेक नियम क्रियाशील छन् । यी नियममध्ये एउटा नियमको नाम हो प्रतित्यसमुत्पादको नियम । शक्तिशाली चक्रझैं सृङ्खलाबद्धरूपमा क्रियाशील हुने भएकाले यसलाई महानियम पनि मान्न सकिन्छ ।

प्रतित्य (कारण) समुत्पाद (परिणाम) का नियमलाई कारण र कार्यको नियम, कर्मफलको नियम, जस्तो बीज रोप्यो त्यहीअनुरूप फल प्राप्त हुने नियम पनि भनिन्छ । प्रतित्यसमुत्पाद मानिसको जीवनमा क्रियाशील प्रकृतिको एउटा यस्तो शक्तिशाली नियम हो, जसका कारण जब मानिसको जीवनमा एउटा कारण (बीज) रोपिन्छ तब त्यो कारण (बीज) एकपल्ट मात्र फल (परिणाम) दिएर समाप्त हुँदैन । यस नियमले तत्काल त्यस फल (परिणाम) लाई बीज (कारण) मा परिवर्तन गरिदिन्छ । अनि त्यही बीजका कारण-परिणाम-कारण-परिणाम वा बीज-फल-बीज-फल हुँदै एउटा त्यस्तो श्रृङ्खला वा चक्र उत्पन्न हुन पुग्छ, जसले मानिसको जीवनसत्तामा अनेक परिणाम प्रदान गर्दै जाने गर्दछ ।

प्रतित्यसमुत्पादको नियम क्रियाशील रहेको मानिसको जीवनसत्तामा जब मानिसले छ इन्द्रिय र विषयको मिलनबाट उत्पन्न हुने दुःखद संवेदना (दुःखः, पिर, भय, निराशा, पश्चात्ताप आदि) र सुखद संवेदना (खुसी, हर्ष, आशा, सफलता आदि) लाई भोग गर्दछ त्यस क्षणमा चित्तमा धम्मको नियमका कारण मानिसमा संवेदनाहरूलाई भोग गर्ने स्वभाव उत्पन्न हुन्छ । यस स्वभावलाई संस्कार वा विकार भनिन्छ । यही चित्तमा जब सुखद, दुःखद

संस्कारबीज उत्पत्ति हुन्छ त्यस क्षणमा चित्तमा छिपेको प्रतित्यसमुत्पादको नियमले यस संस्कारबीजलाई प्राप्त गर्दछ। यसरी जब यस नियमले संस्कारबीज प्राप्त गर्दछ त्यस संस्कारबीजका अनेक परिणाम चक्रीयरूपमा प्रदान गर्दै जान्छ। यही एक संस्कारबीजको चक्रीयरूपमा परिणाम प्रदान गर्दै जाने नियमका कारण मानिस अन्त्यहीन वा कहिल्यै समाप्त नहुने दुःखचक्र, लोकचक्र र भवचक्रमा फसिरहन्छ। प्रतित्यसमुत्पादको नियमले कसरी मानिसमा एउटा बीजको अनेक परिणाम दिदै जान्छ ? भन्ने प्रश्नको व्याख्या भगवान्‌ले यसरी गर्नुभएका छ-

अविज्जा :- पच्चया सङखारा (अविद्याको कारण संस्कार)

सङखारा :- पच्चया विञ्ञाणं (संस्कारका कारण विज्ञान वा चित्तको आहार)

विञ्ञाणं :- पच्चया नाम रुपं (विज्ञानका कारण नामरूप वा पुनर्जन्म)

नामरुपं :- पच्चया सलायतनं (नामरूपका कारण छ इन्द्रिय)

सलायतनं :- पच्चया फस्सो (छ इन्द्रियका कारण विषय स्पर्श)

फस्स :- पच्चया वेदना (स्पर्शका कारण वेदना वा संवेदना)

वेदना :- पच्चया तण्हा (वेदना वा संवेदनाका कारण तृष्णा)

तण्हा :- पच्चया उपादानं (तृष्णाका कारण उपादान वा आशक्ति)

उपादानं :- पच्चया भवो (आशक्तिका कारण भव वा उत्पत्ति)

भव :- पच्चया जाति (भवका कारण जन्म)

जाति पच्चया जरा परण :- शोक- परिदेक- दुःख- दोमन स्सूपायासा सम्मवन्ति :- (जन्मका कारण वृद्धावस्था, मृत्यु, शोक, चिन्ता, दुःख)

प्रतित्यसमुत्पाद नियमको व्याख्या

अविद्याका कारण संस्कार अर्थात् अविद्या बीजका कारण संस्काररूप फल

अविद्याको अर्थ हो जीवनसत्तामा उत्पन्न हुने दुःखद, सुखद संवेदनालाई भोग गर्दा धम्मको नियमले केकस्तो परिणाम दिन्छ भन्ने ज्ञान नभएका कारण यी संवेदनाप्रति रागपूर्ण वा द्वेषपूर्ण अन्ध प्रतिक्रिया गर्नु वा संवेदनाको भोग गर्नु नै अज्ञान हो। अविद्या हो 'म' भाव वा





स्वयंलाई देह मान्नु। अविद्या वा संवेदनाको भोग खासगरी 'म' 'म देह हुँ' भन्ने भावबाट नै जन्मन्छ। त्यसैले स्वयंलाई 'म' मानेर संवेदनाहरू भोग्नु नै अविद्या हो। जव अविद्याका कारण मानिसमा संवेदनाप्रति राग वा द्वेषपूर्ण प्रतिक्रिया उत्पन्न हुन्छ यसैको प्रतिक्रियाका कारण चित्तमा संस्कारहरूको जन्म हुन्छ। जब चित्तमा यसरी विषय (संवेदना) प्रति राग, द्वेषरूपी संस्कार उत्पन्न हुन्छ तब प्रतित्यसमुत्पादको नियमले यस संस्कार (फल वा परिणाम) लाई बीज (कारण) मा परिवर्तन गरिदिन्छ। यसैको परिणाम स्वरूप नयाँ फल उत्पन्न हुनपुग्छ।

संस्कारका कारण विज्ञान अर्थात् संस्कार बीजका कारण विज्ञानरूप फल

बुद्धको समयको भाषामा विज्ञानको अर्थ हुन्थ्यो चित्तको आधार वा आहार। चित्तमा सङ्ग्रहित संस्कार नै चित्तको आहार हो। चित्तको प्रकृति नै यस्तो छ कि ऊ कुनै न कुनै आधारलाई ग्रहण गरेर मात्र प्रवाहित हुन सक्छ। उदाहरणका लागि मानौं यस क्षणमा क्रोध उत्पन्न भयो। चित्त क्रोधलाई ग्रहण गरेर अगाडि बढ्छ। मानौं अर्को क्षण मोह उत्पन्न भयो। चित्त मोहलाई ग्रहण गरेर प्रवाहित हुन्छ। कुनै न कुनै आधार (संस्कार) लाई ग्रहण नगरी चित्त प्रवाहित हुन सक्दैन। यसरी सतत बगिरहने चित्तको यस प्रकृतिलाई चित्तधारा भनिन्छ। चित्तधारा नै जीवनधारा हो। यही चित्तधाराका कारण मानिसको जीवन एक जन्मबाट अर्को जन्ममा प्रवाहित हुन्छ। अनि मानिसले बारम्बार पुनर्जन्म प्राप्त गरिरहन्छ। जब संस्कार बन्छ, यस संस्कारले चित्तलाई अगाडि बढ्ने आधार प्रदान गर्दछ। यसरी संस्कार (बीज) का कारण विज्ञानरूपी (फल वा परिणाम) प्राप्त हुन्छ।

अब प्रतित्यसमुत्पादको नियमले यस विज्ञानरूप (फल) लाई बीज वा कारणमा परिवर्तन गर्दछ र नयाँ परिणाम प्रदान गर्दछ।

विज्ञानका कारण नामरूप (चित्त र शरीर)

मानिसको मृत्यु हुँदा पनि चित्त र चित्तमा जमेर रहेका संस्कार नष्ट हुँदैनन्। मृत्युपश्चात् चित्तमा सङ्ग्रह भएर रहेका यिनै संस्कारबाट उत्पन्न

हुने विज्ञान (आहार वा आधार) लाई लिएर चित्त प्रवाहित हुन थाल्छ र यही चित्तले मृत्युपश्चात् प्राप्त गरेको विज्ञान वा आहारका कारण मानिसले पुनर्जन्म प्राप्त गर्दछ। नयाँ देहसत्ता प्राप्त गर्दछ। देहसत्ता नाम (देह) र रूप (चित्त) को संयोजनबाट निर्मित हुने हुनाले विज्ञान (बीज) का कारण नामरूप (फल) प्राप्त हुन्छ।

अब प्रतित्यसमुत्पादको नियमले यो नामरूप (फल) लाई बीजमा परिवर्तन गरिदिन्छ, जसको परिणाम स्वरूप छ इन्द्रिय (फल) उत्पन्न हुन्छन्।

नाम र रूपको कारण छ आयतन वा ६ इन्द्रिय

जब नाम (चित्त) रूप (शरीर) को संयोजनबाट निर्मित देहसत्ता प्राप्त हुन्छ त्यसमा सृष्टिको नियमअनुसार नाक, कान, आँखा, छाला, जिब्रो र मन गरी ६ (फल) इन्द्रिय उत्पन्न हुन्छन्। यसरी रूप र नामका कारण ६ वटा इन्द्रिय उत्पन्न हुन्छन् वा प्राप्त हुन्छन्।

अब प्रतित्यसमुत्पादको नियमले यी ६ इन्द्रियलाई बीज वा कारणमा परिवर्तन गरिदिन्छ। फलतः स्पर्शरूप फल वा परिणाम प्राप्त हुन पुग्छ।

६ इन्द्रियको कारण स्पर्श

जब ६ वटा इन्द्रिय उपस्थित भएको देह प्राप्त हुन्छ तब यी इन्द्रियसँग प्रत्यक्ष सम्बन्ध भएका गन्ध, शब्द, दृष्य, स्वाद, स्पर्श, धर्म (मनले धारण गर्ने विचार, विषय आदि) जस्ता असङ्ख्य विषय उपस्थित हुन्छन्। यस्तो स्थितिमा इन्द्रिय र विषयहरूका मिलन (स्पर्श) उत्पन्न हुन पुग्छ। यसरी इन्द्रियहरू (बीज) का कारण विषय स्पर्शरूपी (फल) प्राप्त हुन्छ।

अब प्रतित्यसमुत्पादको नियमले स्पर्श (फल) लाई कारण वा बीजमा परिणत गरिदिन्छ र पुनः एक नयाँ फल संवेदना उत्पन्न हुन पुग्छ।

स्पर्शका कारण वेदना वा संवेदना अर्थात् स्पर्शरूप बीजका कारण संवेदनारूप फल

जब ६ इन्द्रिय र तिनका विषयहरूका बीचमा मिलन हुन्छ वा स्पर्श



हुन्छ तब मानिसको चित्तमा छिपेका ती विषयप्रतिको संस्कारअनुरूप चित्तमा रागपूर्ण वा द्वेषपूर्ण स्वतः प्रतिक्रिया घटित हुन पुग्छ र परिणाम स्वरूप मानिसको चित्त र देहको क्षेत्रमा वेदना वा संवेदनाहरू उत्पन्न हुन्छन्। यी संवेदना मूलतः दुखद वा सुखद प्रकृतिका हुन्छन्। यसरी स्पर्श बीजका कारण सुखद र दुखद संवेदना रूप फल उत्पन्न हुन्छ। प्रतित्यसमुत्पादको नियमले यस संवेदनारूपी फललाई बीजमा परिवर्तन गरी यस चक्रलाई निरन्तरता दिराख्छ र यसैका कारण अर्को रूप वा फल उत्पन्न हुन्छ।

वेदनाका कारण तृष्णा अर्थात् संवेदनारूप बीजका कारण तृष्णारूप फल

जब विषय र इन्द्रियहरूको मिलन (बीज) बाट जीवनसत्तामा सुखद वा दुखद संवेदना (फल) उत्पन्न हुन्छ तब अविद्याका कारण मानिस सुखद संवेदनाहरूप्रति रागपूर्ण र दुःखद संवेदनाहरूप्रति द्वेषपूर्ण प्रतिक्रिया गर्न थाल्छ, जसका कारण संवेदनाहरूको भोग इच्छा (तृष्णा) रूप फल उत्पन्न हुन्छ। स्मरणरहोस् गहिराइमा द्वेषपूर्ण प्रतिक्रिया पनि तृष्णा नै हो। अनि यही तृष्णा (फल) लाई प्रतित्यसमुत्पादको नियमले पुनः बीजमा परिवर्तन गरी अर्को फल प्रदान गर्दछ।

तृष्णाका कारण आशक्ति अर्थात् तृष्णा बीजका कारण आशक्तिरूप फल

जब मानिसको मनमा दुःखद, सुखद संवेदनाहरूप्रति तृष्णा जाग्छ तब मनमा उत्पन्न सुखद संवेदनामा खुशी हुन थाल्छ, रमाउन थाल्छ र ऊ बढीभन्दा बढी यी सुखद संवेदना प्राप्त गर्न विषयप्रति आकर्षित हुनपुग्छ, अनेक विचारहरू, प्रयासहरू, कर्महरू गर्न प्रारम्भ गर्दछ। यी क्षणमा जेजस्ता बीज प्राप्त हुन्छन् त्यसैलाई विस्तार गर्ने धम्मको नियमले यस तृष्णा (बीज) लाई आशक्ति (फल) मा परिणत गरिदिन्छ। दुःखद संवेदनाहरूमा पनि धम्मको यही नियम लागु हुन्छ। जब दुःखद संवेदना मनमा उत्पन्न हुन्छन् तब मानिस यी संवेदनाबाट दुःखी, व्याकुल हुन्छ। जस्तो बीज प्राप्त भएको हुन्छ त्यही बीजलाई विस्तार गर्ने धम्मका नियमले

यस दुःख, व्याकुलता आदिलाई झन्झन् विस्तार गरिदिन्छ। फलस्वरूप मानिस त्यस विषय वा (संवेदना) प्राप्त नहोस् भनेर अनेक विचारहरू, प्रयासहरू गर्न थाल्छ, जुन पछि गएर आशक्तिमा परिणत हुन पुग्छ। यसरी विषय तृष्णा (बीज) का कारण विषय आशक्ति (फल) उत्पन्न हुन्छ। अब यस विषय आशक्तिरूपी परिणामलाई प्रतित्यसमुत्पादको नियमले कारण (बीज) मा परिणत गरी अर्को परिणाम प्रदान गर्दछ।

आशक्तिका कारण भव अर्थात् आशक्तिबीजका कारण भवरूप फल

जब विषयबाट उत्पन्न सुखद वा दुखद संवेदनाप्रतिको तृष्णा आशक्तिमा परिणत हुन पुग्छ यस्तो क्षणमा मानिस झन्झन् ती विषयप्रति विचार, चिन्तन आदि गर्न थाल्छ। ती विषय प्राप्त गर्न वा नगर्न अनेक कर्म वा प्रयास गर्दछ, जसको कारण झन् धेरै भन्दा धेरै संस्कार उत्पन्न हुन पुग्छ। यिनै संस्कार नै वा संस्कारले नै मृत्युपश्चात् चित्तको प्रवाहलाई आधार वा आहार प्रदान गर्दछन्। यसैका कारण भव (नयाँ शरीर उत्पन्न हुने प्रक्रिया) प्रारम्भ हुन्छ। यसरी संस्कारका कारण भव उत्पन्न हुन पुग्छ। अनि प्रतित्यसमुत्पादको नियमले त्यही भवरूपी फललाई पुनः कारण वा बीजमा परिणत गरी अर्को परिणाम प्रदान गर्दछ।

भवका कारण जन्म अर्थात् भव बीजका कारण अर्को जन्मरूपी फल

जब भव (बीज) का कारण नयाँ शरीर (फल) उत्पन्न हुने प्रक्रिया प्रारम्भ हुन्छ तब मृत्युपश्चात् कुनै संस्कारलाई ग्रहण गरेर प्रवाहित भइरहेको चित्तधारा कुनै गर्भमा प्रवेश गर्न पुग्छ, कुनै शरीरसँग जोडिन पुग्छ, जसको कारण मनुष्यले पुनर्जन्म प्राप्त गर्दछ अर्थात् नयाँ शरीर प्राप्त गर्दछ।

जन्मका कारण वृद्धावस्था, मृत्यु, शोक, चिन्ता, दुःख

जब जन्म हुन्छ, जब मानिसले जन्मपश्चात् नयाँ शरीर प्राप्त गर्दछ तब प्रतित्यसमुत्पादको नियमले पुनः यस कारण-परिणाम-कारण-परिणामको चक्रलाई निरन्तरता दिइरहन्छ।





परिणामस्वरूप मनुष्यको जीवनमा वृद्धावस्था, मृत्यु, शोक, दुःख, चित्त विकार, चित्तखेदको चक्र चलिरहन्छ। जबसम्म सत्य मोक्ष साधनाद्वारा निर्वाण प्राप्त भई संस्कार चित्त वा संवेदनालाई भोग्ने स्वभाव पूर्णरूपमा नष्ट हुँदैन, जबसम्म चित्तधारा पूर्णरूपमा शुद्ध हुँदैन तबसम्म प्रतित्यसमुत्पाद नियमका कारण यस्तो भयानक चक्र वा श्रृङ्खला समाप्त हुन सक्दैन। परिणामस्वरूप मनुष्य अविरलरूपमा दुःखचक्र, भवचक्र, लोकचक्रमा घुमिरहन्छ।

प्रतित्यसमुत्पादको प्रतिलोम सत्य

धम्मको नियमले संवेदनाप्रति राग, द्वेषरूप संस्कारबीज प्राप्त हुने भएकाले मानिसमा जुन दुःखचक्र, भवचक्र, लोकचक्र उत्पति भएरहेको छ साधनाद्वारा संवेदनाप्रति समभावी बनेर धम्मको यही नियमलाई दुःख नाश र निर्वाण प्राप्तिको पक्षमा क्रियाशील गराउन सकिन्छ। यही सत्यलाई प्रतित्यसमुत्पादको प्रतिलोम सत्य भनिन्छ। प्रतित्यसमुत्पादको यस प्रतिलोम सत्यलाई व्याख्या गर्दै भगवान् भन्नुहुन्छ-

अविज्जाय त्वेव असेस् निराग निरोधा संङखार अर्थात् अविद्या निरोधका कारण संस्कार निरोध।

सङखार निरोधा विञ्ञाण निरोध अर्थात् संस्कार निरोधका कारण विज्ञान निरोध

विञ्ञाण निरोधा नाम रुप निरोध अर्थात् विज्ञान निरोधका कारण नामरूप निरोध

नामरुप निरोध पस्स निरोधो अर्थात् नामरूप निरोधका कारण ६ इन्द्रियको निरोध

सलापतन निरोधा फस्स निरोधो अर्थात् ६ इन्द्रिय निरोधका कारण विषय स्पर्शको निरोध

फस्स निरोधा वेदना निरोधो अर्थात् विषय स्पर्श निरोधका कारण वेदना वा संवेदना उत्पत्तिको निरोध

वेदना निरोधा तण्हा निरोधो अर्थात् वेदना वा संवेदना निरोधका कारण तृष्णा उत्पत्तिको निरोध

तृष्णा निरोधा उपादान निरोधो अर्थात् तृष्णा उत्पत्ति निरोधका कारण उपादान वा आशक्ति उत्पत्तिको निरोध

उपादान निरोधा भव निरोधो अर्थात् आशक्ति उत्पत्तिको निरोधका कारण भव (उत्पति) निरोध

भव निरोधा जाति निरोधो अर्थात् भव निरोधका कारण पुनर्जन्मको निरोध

जाति निरोधा जरामरण शोक परिदेव ढुक्क दोमन स्सूपायासा निरुज्झन्ति । एवमेतस्स केवलस्स दुक्खक्खन्धस्स निरोधो होती त्रि ।

अर्थात् पुनर्जन्म निरोध (बीज) का कारण वृद्धावस्था, मृत्यु, शोक, व्याकुलता, दुःख आदि चित्त विकार, चित्तको निरोध वा निर्वाण अवस्थाको प्राप्ति ।

अविद्या निरोधका कारण संस्कार निरोध अर्थात् अविद्या निरोधका कारण संस्कार निरोधरूप फल ।

अविद्या (विषय संवेदनाहरूप्रति अन्ध राग, द्वेषपूर्ण प्रतिक्रिया) को स्थानमा जब विपश्यना साधना प्रारम्भ गरिन्छ, जब सुखद वा दुखद संवेदनालाई साक्षीभावले अवलोकन गर्न प्रारम्भ गरिन्छ, जब विपश्यना साधनाका कारण पूर्वसंस्कार क्षय हुन प्रारम्भ हुन्छ, जब दीर्घकालको विपश्यना साधनाका कारण मनको अविद्या वा संवेदनाप्रति रागपूर्ण र द्वेषपूर्ण प्रतिक्रिया गर्ने मनको स्वभाव पूर्णरूपमा नष्ट हुन्छ त्यस्तो स्थितिमा चित्तबाट जन्म-जन्मान्तरका विकार (संवेदना भोग गर्ने स्वभाव) नष्ट हुन पुगी साधकको चित्त पूर्णरूपमा शुद्ध हुन पुग्छ । विपश्यना साधनासिद्धिको त्यस्तो अवस्थामा जब नयाँ संस्कार उत्पन्न हुने प्रक्रिया पूर्णरूपमा समाप्त हुन्छ त्यस क्षणमा अविद्या निरोध हुन्छ । अविद्या निरोधका कारण चित्तमा संस्कार उत्पन्न हुने प्रक्रिया पनि निरोध हुनपुग्छ वा चित्त शुद्ध हुन पुग्छ । जब चित्त शुद्ध हुन्छ प्रतित्यसमुत्पादको नियमले शुद्ध चित्तरूप बीज प्राप्त गर्दछ तब यस शुद्ध चित्तरूपी बीजलाई प्रतित्यसमुत्पादको नियमले निम्न प्रकार कारण (बीज), परिणाम (फल), कारण (बीज) को चक्र वा श्रृङ्खला उत्पन्न गर्दै दुःख नाश र निर्वाण प्राप्तिको पक्षमा परिणामहरू क्रमबद्धरूपमा प्राप्त हुँदै जान्छ ।





संस्कार निरोधका कारण विज्ञान निरोध

विज्ञानको अर्थ हो चित्तको आधार वा आहार। जब अविद्या नष्ट हुन्छ, जब म भाव नष्ट हुन्छ, जब साधकको मन संवेदनाहरूप्रति अन्धरागपूर्ण वा द्वेषपूर्ण प्रतिक्रिया नगरी समभावी बन्छ त्यस्तो अवस्थामा चित्तमा नयाँ संस्कार उत्पन्न हुन सक्दैनन्। जब चित्तमा नयाँ संस्कार बन्दैनन् वा जब चित्त शुद्ध हुन्छ त्यस स्थितिमा चित्तलाई सतत प्रवाहित हुन आवश्यक पर्ने संस्काररूपी आधार (आहार) प्राप्त हुँदैन। यस्तो अवस्थामा संस्काररूपी कुनै आहार प्राप्त गर्न नसकेको चित्त शुद्धरूपमा प्रवाहित हुन थाल्छ।

विज्ञान निरोध (शुद्ध चित्त) का कारण नामरूप निरोध

जब चित्त शुद्धरूपमा प्रवाहित हुन थाल्छ यस्तो शुद्ध वा संस्कार अनुपस्थित चित्तमा भव वा पुनर्जन्मको प्रक्रिया प्रारम्भ हुँदैन। जब भव प्रक्रिया प्रारम्भ हुँदैन त्यस्तो अवस्थामा मनुष्य नयाँ देह प्राप्त गर्न असमर्थ रहन्छ। जब नयाँ देह प्राप्त हुँदैन वा पुनर्जन्म नै समाप्त हुन्छ त्यस्तो अवस्थामा नाम (चित्त) रूप (शरीर) प्राप्त हुने सम्भावनै समाप्त हुन्छ। यसरी विज्ञान निरोध (शुद्ध चित्त) का कारण नाम र रूप (फल) निरोध हुन पुग्छ। पुनर्जन्म निरोध हुन पुग्छ।

नामरूप निरोधका कारण छ इन्द्रिय निरोध

जब नाम र रूप नै उत्पन्न हुँदैन, जब नयाँ देहसत्ता नै सृजना हुँदैन त्यस्तो अवस्थामा इन्द्रियहरू उत्पन्न हुने प्रश्नै उठ्दैन। यसरी नामरूप निरोधका कारण ६ इन्द्रिय निरोध हुन पुग्छन्। यसरी प्रतित्यसमुत्पाद महानियमका कारण निर्वाणको पक्ष कारण-परिणाम-कारण-परिणामको चक्र चलिरहन्छ।

६ इन्द्रिय निरोधका कारण स्पर्श निरोध

जब ६ इन्द्रिय नै उत्पन्न हुँदैनन् त्यस्तो अवस्थामा संसारका विषयहरूसँग इन्द्रियको संयोग हुने प्रश्नै समाप्त हुन्छ। इन्द्रिय र विषयको स्पर्श हुने सम्भावनै समाप्त भएर जान्छ। यसरी ६ इन्द्रिय निरोध भएका कारण स्पर्श निरोध हुन पुग्छ।

स्पर्श निरोधकोकारण वेदना निरोध

जब इन्द्रिय र विषयका बीचमा स्पर्श हुने सम्भावनै अनुपस्थित रहन्छ त्यस्तो अवस्थामा इन्द्रिय र विषय मिलनका कारण वेदना (सुखद संवेदना वा दुःखद संवेदना) उत्पन्न हुने प्रश्नै समाप्त हुन्छ। यसरी स्पर्श निरोधका कारण वेदना (संवेदना) निरोध हुन पुग्छ।

वेदना निरोधका कारण तृष्णा निरोध

जब देह र मनको क्षेत्रमा दुःखद वा सुखद संवेदना नै उत्पन्न हुँदैन त्यस्तो स्थितिमा यी संवेदनाप्रति मनमा तृष्णा उत्पन्न हुने प्रश्नै उठ्दैन। यसरी वेदना निरोधका कारण तृष्णा निरोध हुन पुग्छ।

तृष्णा निरोधका कारण उपादान वा आशक्ति निरोध

जब विषय अर्थात् संवेदनाहरूप्रति मनमा रागपूर्ण वा द्वेषपूर्ण तृष्णाको जन्मै हुँदैन त्यस्तो स्थितिमा तृष्णा विस्तार भएर आशक्तिमा परिणत हुने सम्भावनै समाप्त हुन पुग्छ। यसरी तृष्णा निरोधका कारण आशक्ति निरोध हुन्छ।

आशक्ति निरोधका कारण भव (पुनर्जन्म) निरोध

जब विषयबाट उत्पन्न हुने सुखद वा दुःखद संवेदनाप्रतिको आशक्ति नै मनमा अनुपस्थित हुन्छ, कुनै कारणवश इन्द्रिय र विषय मिलनका कारण मनमा दुखद वा सुखद संवेदना उत्पत्ति भए पनि दीर्घकालीन विपश्यना साधनाद्वारा मन समभावी स्वभावको बनिसकेकाले जब यी संवेदनाप्रति साधकको मन प्रतिक्रियाविहीन बन्न पुग्छ यस्तो अवस्थामा नयाँ संस्कार उत्पन्नै हुँदैन। जब नयाँ संस्कार उपस्थित नै हुँदैन वा जब चित्त शुद्ध अवस्थामा रहन्छ तब भव वा पुनर्जन्मको प्रक्रिया प्रारम्भ नै हुँदैन। यसरी आशक्ति निरोधका कारण भव निरोध हुन पुग्छ, पुनर्जन्मको सम्भावना समाप्त हुन पुग्छ र यही जन्म नै अन्तिम जन्म बन्न पुग्छ।

भव निरोधका कारण जन्म निरोध

जब शुद्ध चित्त उपस्थित भएका कारण मानिसमा भव वा पुनर्जन्मको प्रक्रिया प्रारम्भ नै हुँदैन यस्तो अवस्थामा पुनर्जन्म हुने सम्भावना नै समाप्त हुन पुग्छ, मानिसको जन्म निरोध हुन पुग्छ। यसरी भव निरोधका कारण





पुनर्जन्म निरोध हुन पुग्छ।

जन्म निरोधका कारण श्रृङ्खलावस्था मृत्यु , भोग, चित्त, दुखः निरोध

जब भव निरोधका कारण जन्म नै निरोध हुन पुग्छ, जब मनुष्यको पुनर्जन्म नै हुँदैन यस्तो स्थितिमा जन्मपश्चात् प्राप्त हुने वृद्धावस्था, मृत्यु, शोक, व्याकुलता, दुःख, चित्तविकार, चित्तखेद आदि सबै निरोध हुन पुग्छन्।



भगवान बुद्धको विश्व प्रसिद्ध प्रथम धर्म प्रवचन

धर्मचक्र प्रवर्तन सुत्त

अप्रमाणित वा मोक्ष प्राप्त नगरेका गुरुहरूले प्रदान गरेका अपूर्ण, आंशिक, अस्पष्ट, भ्रामक, मिथ्या, बौद्धिक वा मानसिक आदि प्रकृतिका आध्यात्मिक साधनाका कारण भगवान् बुद्धको समयमा झैं वर्तमान समयमा पनि असङ्ख्य साधक-साधिकाहरू अनेकन् आध्यात्मिक भ्रम, द्विविधा, सङ्घर्ष आदिमा फसी यथार्थ आध्यात्मिक रूपान्तर वा निर्वाणको अमृतलाई प्राप्त गर्न असमर्थ हुनुहुन्छ। यो स्थितिमा स्वयम् भगवान्‌द्वारा प्रमाणित एवम् कल्याणकारी धर्म उपदेश धर्मचक्र प्रवर्तन सुत्तले निर्वाणाभिलाषी साधक-साधिकाहरूलाई सत्य मोक्ष साधना मार्ग प्रर्दशित गराउने छ भन्ने तथ्यमा कोही दुई मत हुन सक्दैन। निर्वाणाभिलाषी साधकहरूलाई भगवान्‌को विश्वप्रसिद्ध धर्मचक्र प्रर्वतन सुत्तलाई अझ स्पष्टसँग बुझी स्वयम्‌को जीवनमा उतारेर धर्मचक्र उत्पन्न गर्न सहयोग होस् भन्ने ध्येयले यो पुस्तकलाई तीन खण्डमा विभाजन गरी व्याख्या गरिएको छ।

१ भगवान् बुद्धको निर्वाण साधना सङ्घर्ष कथा

२ धर्मचक्र प्रवर्तन सुत्तको भाषा र भाव व्याख्या

३ धर्मचक्र प्रर्वतन (चरणबद्ध) साधना विधि



डा. मुरली अधिकारी

आध्यात्मीक चिन्तक, सत्य मोक्ष साधना विधि अन्वेषक, तत्वसोध कर्ता, पशुपति–बुद्ध मन्दिर इलाय अमेरिकाका संस्थापक अध्यक्ष डा.मुरली अधिकारी मूलत: सत्य मोक्ष विद्या वा साधना विधिको अनुसन्धान, स्व-साधना, प्रवचन आदिमा रुची राख्नुहुन्छ। समाजसेवा, सामाजीक, धार्मिक, सास्कृतिक, आध्यात्मीक उत्थान आदि क्षेत्रहरुमा पनि क्रियाशील डा. अधिकारीका धर्मचक्र प्रवर्तन, महास्मतिपट्ठान सुत्त, विपश्यना साधना विधि, सरल सत्य गीता, गीता विपश्यना विज्ञान, सांख्ययोग, कर्मयोग, भक्तीयोग, परमात्माका छ श्वाशत नियमहरु, विवेक चुडामणी आदि जस्ता झण्डै एक दर्जन आध्यात्मीक पुस्तकहरु लेखन समाप्त भई सम्पादन र प्रकाशनको चरणमा प्रवेश गरेका छन्।



शिखा बुक्स
बागबजार, काठमाडौं
०१-४२४००६०, ४२५३०२८



रु ३७५/-